

**Bachelor-Arbeit**  
**Ausbildungsgang Soziokultur**  
**Kurs TZ 2012-2017**

**Franziska Eva Schneider**

**Glück – hat die Soziokulturelle Animation Glückspotenzial?**

**Möglichkeiten und Chancen der SKA, Menschen mittels Arbeitsprinzipien wie Partizipation, Empowerment und Ressourcenorientierung auf ihrem Weg zum Glücklichen zu begleiten am Beispiel des ‚Theaters Niemandland‘ Basel.**

Diese Bachelor-Arbeit wurde im August 2017 in 3 Exemplaren eingereicht zur Erlangung des vom Fachhochschulrat der Hochschule Luzern ausgestellten Diploms für **Soziokulturelle Animation**.

---

Diese Arbeit ist Eigentum der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit. Sie enthält die persönliche Stellungnahme des Autors/der Autorin bzw. der Autorinnen und Autoren.

---

Veröffentlichungen – auch auszugsweise – bedürfen der ausdrücklichen Genehmigung durch die Leitung Bachelor.

---

Reg. Nr.:

---





Originaldokument gespeichert auf LARA – Lucerne Open Access Repository and Archive der Zentral- und Hochschulbibliothek Luzern



Dieses Werk ist unter einem  
Creative Commons Namensnennung-Keine kommerzielle Nutzung-Keine Bearbeitung 3.0 Schweiz Lizenzvertrag  
lizenziert.

Um die Lizenz anzuschauen, gehen Sie bitte zu <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/ch/>  
Oder schicken Sie einen Brief an Creative Commons, 171 Second Street, Suite 300, San Francisco, California  
95105, USA.

## Urheberrechtlicher Hinweis

Dieses Dokument steht unter einer Lizenz der Creative Commons Namensnennung-Keine kommerzielle  
Nutzung-Keine Bearbeitung 3.0 Schweiz <http://creativecommons.org/>

Sie dürfen:



**Teilen** — das Material in jedwedem Format oder Medium vervielfältigen und weiterverbreiten  
Zu den folgenden Bedingungen:



**Namensnennung** — Sie müssen angemessene Urheber- und Rechteangaben machen, einen Link zur  
Lizenz beifügen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden. Diese Angaben dürfen in jeder  
angemessenen Art und Weise gemacht werden, allerdings nicht so, dass der Eindruck entsteht, der Lizenzgeber  
unterstütze gerade Sie oder Ihre Nutzung besonders.



**Nicht kommerziell** — Sie dürfen das Material nicht für kommerzielle Zwecke nutzen.



**Keine Bearbeitungen** — Wenn Sie das Material remixen, verändern oder darauf anderweitig direkt  
aufbauen dürfen Sie die bearbeitete Fassung des Materials nicht verbreiten.  
Im Falle einer Verbreitung müssen Sie anderen die Lizenzbedingungen, unter welche dieses Werk fällt,  
mitteilen.

Jede der vorgenannten Bedingungen kann aufgehoben werden, sofern Sie die Einwilligung des Rechteinhabers  
dazu erhalten.

Diese Lizenz lässt die Urheberpersönlichkeitsrechte nach Schweizer Recht unberührt.

Eine ausführliche Fassung des Lizenzvertrags befindet sich unter <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/ch/legalcode.de>

## **Vorwort der Schulleitung**

Die Bachelor-Arbeit ist Bestandteil und Abschluss der beruflichen Ausbildung an der Hochschule Luzern, Soziale Arbeit. Mit dieser Arbeit zeigen die Studierenden, dass sie fähig sind, einer berufsrelevanten Fragestellung systematisch nachzugehen, Antworten zu dieser Fragestellung zu erarbeiten und die eigenen Einsichten klar darzulegen. Das während der Ausbildung erworbene Wissen setzen sie so in Konsequenzen und Schlussfolgerungen für die eigene berufliche Praxis um.

Die Bachelor-Arbeit wird in Einzel- oder Gruppenarbeit parallel zum Unterricht im Zeitraum von zehn Monaten geschrieben. Gruppendynamische Aspekte, Eigenverantwortung, Auseinandersetzung mit formalen und konkret-subjektiven Ansprüchen und Standpunkten sowie die Behauptung in stark belasteten Situationen gehören also zum Kontext der Arbeit.

Von einer gefestigten Berufsidentität aus sind die neuen Fachleute fähig, soziale Probleme als ihren Gegenstand zu beurteilen und zu bewerten. Soziokulturell-animatorisches Denken und Handeln ist vernetztes, ganzheitliches Denken und präzises, konkretes Handeln. Es ist daher nahe liegend, dass die Diplomandinnen und Diplomanden ihre Themen von verschiedenen Seiten beleuchten und betrachten, den eigenen Standpunkt klären und Stellung beziehen sowie auf der Handlungsebene Lösungsvorschläge oder Postulate formulieren.

Ihre Bachelor-Arbeit ist somit ein wichtiger Fachbeitrag an die breite thematische Entwicklung der professionellen Sozialen Arbeit im Spannungsfeld von Praxis und Wissenschaft. In diesem Sinne wünschen wir, dass die zukünftigen Soziokulturellen Animatorinnen und Animatoren mit ihrem Beitrag auf fachliches Echo stossen und ihre Anregungen und Impulse von den Fachleuten aufgenommen werden.

Luzern, im August 2017

Hochschule Luzern, Soziale Arbeit  
Leitung Bachelor

## Abstract

Glück, Wohlbefinden, Zufriedenheit mit dem Leben,... für praktisch alle Menschen ist dies ein wichtiges Ziel im Leben, bereits seit vielen Jahrhunderten. Die Soziale Arbeit (SA) befasst sich täglich mit Menschen, ihrer Situation und Lebenswelt, meist aber mit Fokus auf die eher problematischen Punkte.

Der Soziokulturellen Animation (SKA) als Teilgebiet der SA, bieten sich scheinbar durch ihre Funktion als niederschwellige, vernetzende und aktivierende Kommunikatorin und Brückenbauerin, auf verschiedenen Ebenen und in diversen Settings eine Vielzahl an Möglichkeiten, auf das Wohlbefinden, resp. „Glück“ oder die ‚Zufriedenheit mit dem Leben als Ganzes‘ ihrer Adressatenschaft einzuwirken und deren ‚Wege zum Glück‘ unterstützend und aktivierend zu begleiten. Wohl gibt es Studien aus der Psychologie, der Ökonomie, den Neurowissenschaften und der Soziologie zum Thema Glück, jedoch bisher kaum etwas im Feld der SKA.

Als wichtige Arbeitsprinzipien der SKA stehen Partizipation, Empowerment und Ressourcenorientierung (P-E-R) im Zentrum dieser Forschungsarbeit. Anhand des ‚Niemandland Theaters‘ (eines kontinuierlichen Projekts, angesiedelt zwischen Soziokultur, Sozialpädagogik und Kulturschaffen), der Aussagen seiner Mitglieder und der Leitperson sowie weiterer Fachpersonen aus Theater, Theaterpädagogik, SKA und Psychologie, versucht diese Arbeit, die vermuteten, glücksfördernden Anteile von P-E-R herauszufiltern, u.a. mittels biopsychosozialer Bedürfnistheorie sowie des ‚Capability Approach‘ herzuleiten und zu bestätigen, um diese als Ausgangspunkt für weitere Überlegungen betreffend des glücksfördernden Potenzials in der SKA und möglicher zukünftiger, interdisziplinärer Zusammenarbeit zu nehmen.

## Danke!

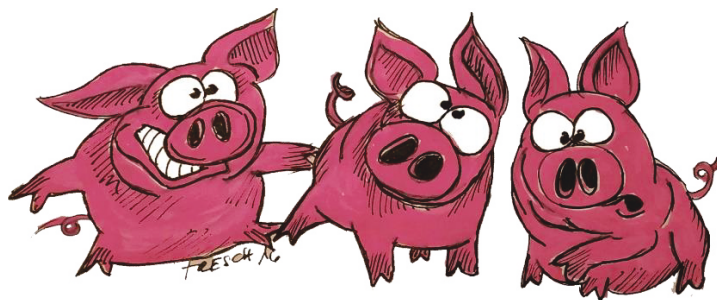
- ♣ Von Herzen danken möchte ich allen, die mich während dieser intensiven Zeit in meiner näheren und weiteren Umgebung begleitet, beraten, vielfältig unterstützt, beglückt, mit mir diskutiert haben (Danke **Martina Allgeier**, **Martin Brändle** und **Claudia Ledermann** und natürlich meiner Familie!).
- ♣ Insbesondere danke ich auch den **Mitgliedern des Niemandsländ Theaters**, die mir mit so viel Offenheit und Vertrauen in den Interviews begegnet sind und natürlich dem Leiter dieser tollen Truppe, **Davide Maniscalco**, der dort mit viel Herzblut und Engagement zahlreiche gute Momente, Entwicklungen und Wohlbefinden schafft und mir Zugang zum Projekt ermöglicht hat.
- ♣ Den jungen TheaterpädagogInnen **Sarah Besch**, **Josema Enriquez** und **Ouelgo Téné** vom Projekt Theaterflucht ebenfalls ganz herzlichen Dank für den konzentrierten und aufstellenden Einblick in ihre Arbeit.
- ♣ Unvergesslich ist die interessante und bereichernde Begegnung mit der Theaterschaffenden **Anina Jendreyko**, die mich mit ihrer engagiert-menschlichen Haltung sehr beeindruckt.
- ♣ Etliche thematisch wichtige Impulse habe ich vom Psychologen **Michael F. Gschwind** bekommen. Auch dafür herzlichen Dank.
- ♣ Besonderer Dank gilt zudem den Dozentinnen und Dozenten der HSLU: **Anita Glatt**, die mir in der Vorbereitungsphase zu dieser Arbeit viele gute Inputs und Anregungen gegeben hat. **Reto Stäheli**, **Annina Friz**, **Simone Gretler Heusser** und **Bernard Wandeler** für die Unterstützung zu Beginn der Suche nach einem geeigneten Projekt/Forschungsobjekt.
- ♣ Des weitern war das Gespräch mit **Rahel El-Maawi** sehr erquicklich und nährend.
- ♣ Auch **Claudia Meier Magistretti** und **Andreas Pfister** sowie **Martin Hafen** möchte ich danken. Durch den lebendigen Unterricht im Modul Gesundheitsförderung und Prävention habe ich ‚beglückende‘ Einsichten und noch mehr Freude am Thema Glück/Wohlbefinden/Gesundheit bekommen.
- ♣ Last but not least: **Alex Willener** danke ich ganz herzlich für die fachlich wie auch menschlich kompetente Begegnung im Gespräch, seine sympathische und anregende Art und die empathische Unterstützung.

Herzlichen Dank und allen viel Glück!





# GLÜCK



## Hat die Soziokulturelle Animation Glückspotenzial?

Möglichkeiten und Chancen der SKA, Menschen mittels Arbeitsprinzipien wie Partizipation, Empowerment und Ressourcenorientierung auf ihrem Weg zum Glücklichen zu begleiten am Beispiel des ‚Theaters Niemandland‘ in Basel.

<b>A - EINLEITUNG .....</b>	<b>11</b>
<b>1 EINLEITUNG .....</b>	<b>11</b>
1.1 Ausgangslage .....	11
1.2 Persönliche Motivation .....	13
1.3 Fragestellungen .....	13
1.4 Ziel der Arbeit .....	13
1.5 An wen wendet sich die Arbeit? .....	13
1.6 Aufbau der Arbeit .....	15
<b>B – THEORETISCHER HINTERGRUND.....</b>	<b>15</b>
<b>2 GLÜCK – EINE EINFÜHRUNG .....</b>	<b>15</b>
2.1 Glück im Deutschen .....	17
2.2 Glück und Philosophie .....	17
2.3 Glück und Psychologie .....	19
2.3.1 Glücksstudie: Harvard Study of Adult Development .....	21
2.3.2 Sozialbericht 2016 Schweiz .....	23
2.4 Glück und Wirtschaft, Ökonomie.....	25
2.5 Glück, Soziologie, Gesellschaft und Politik.....	27
2.6 Glück, Bedürfnisse, Soziale Ungleichheit und Gesundheit .....	27
2.6.1 Das Bio-psycho-soziale Bedürfnis-Modell (BPSBM).....	27
2.6.2 Einflussfaktor soziale Ungleichheit, Inklusion/Exklusion .....	31
2.6.3 Der Capability Approach (CA) .....	33
2.6.4 Gesundheit, Gesundheitsförderung und Prävention.....	37
2.6.5 Glücksdefinition für diese Arbeit .....	43
<b>3 SOZIOKULTURELLE ANIMATION (SKA) .....</b>	<b>43</b>
3.1 Herkunft und Entwicklung .....	43
3.2 Ethik, Recht und Menschenbild der SKA.....	45
3.3 Auftrag, Aufgaben und Arbeitsfelder der SKA .....	47
3.4 Ziele, Funktion und Bezug zum Glück .....	49
3.4.1 SKA-Hauptadressatenschaft: Gruppen .....	55
3.4.2 Werkzeuge der SKA: Methoden.....	55
<b>4 DIE ARBEITSPRINZIPIEN PARTIZIPATION, EMPOWERMENT UND RESSOURCENORIENTIERUNG IN DER SKA</b> <b>57</b>	
4.1 Voraussetzungen von P-E-R in der SKA/Projekten.....	57
4.2 Partizipation.....	59
4.3 Empowerment .....	61
4.4 Ressourcenorientierung.....	65
4.5 Theaterarbeit in der SKA.....	67
4.5.1 Wirkungen der Theaterarbeit (Mikro-, Meso-, Makro-Ebene) .....	67
4.5.2 Arbeit des Theaters Niemandland .....	69

<b>C - FORSCHUNG .....</b>	<b>71</b>
<b>5 WIESO EINE FORSCHUNGSARBEIT?.....</b>	<b>71</b>
5.1 Stand der Glücksforschung .....	73
5.2 Forschungsdesign und -verlauf.....	73
5.2.1 Art der Forschung .....	73
5.2.2 Sampling (Stichprobenzusammenstellung) .....	73
5.2.3 Feldzugang .....	75
5.2.4 Datenerhebung.....	75
5.3 Reflexion des Samplings und der Durchführung.....	77
5.4 Datenaufbereitung.....	79
5.5 Datenauswertung .....	79
5.6 Forschungsergebnisse.....	81
<b>D – RELEVANZ UND PERSPEKTIVEN FÜR DIE SKA .....</b>	<b>91</b>
<b>6 DISKUSSION DER ERGEBNISSE .....</b>	<b>91</b>
6.1 Interpretation .....	91
6.2 Abschliessende Stellungnahme .....	91
<b>7 SCHLUSSFOLGERUNG FÜR DIE SKA .....</b>	<b>93</b>
7.1 Beantwortung der Fragestellungen .....	93
7.2 Schlussfolgerungen für Profession und Praxis .....	95
<b>8 ABSCHLIESSENDE GEDANKEN UND PERSÖNLICHES FAZIT .....</b>	<b>97</b>
<b>E - QUELLENVERZEICHNIS .....</b>	<b>98</b>
<b>9 QUELLEN .....</b>	<b>98</b>
<b>10 ABBILDUNGEN.....</b>	<b>104</b>
<b>F – ANHANG .....</b>	<b>108</b>
<b>11 LEITFRAGENKATALOG INTERVIEWS .....</b>	<b>108</b>
11.1 Version 1 (Pretest) .....	108
11.2 Leitfragenkatalog Interviews überarbeitete Version .....	109
<b>12 WEITERES .....</b>	<b>112</b>
12.1 Tabellen .....	112
12.2 Screenshots.....	113
12.3 Biographische Angaben .....	114
12.4 Tabelle Codes Begriffe .....	117
12.5 GLÜCK – weitere Aussagen aus den Interviews.....	118
12.6 Abkürzungen.....	119





### 1 EINLEITUNG

#### 1.1 Ausgangslage

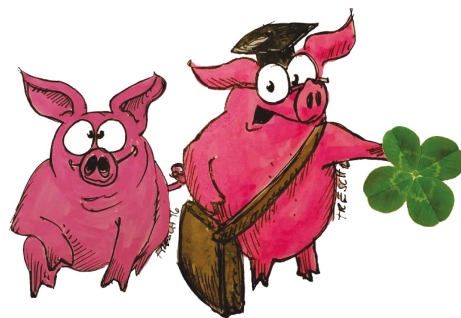
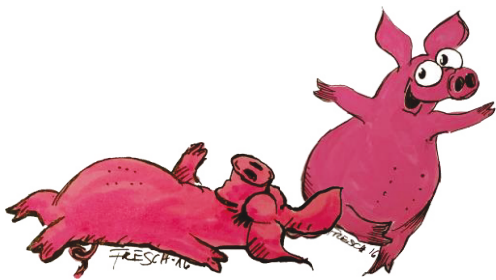
Wo man heute hinschaut und hinhört, wird auf Erfolg, Karriere, Jugendlichkeit, Schönheit, Attraktivität, Besitz, Up-to-date-Sein, Fitness und Machbarkeit von Gesundheit, Überlistung natürlicher Bedürfnisse, Effizienz und Optimierung hingewiesen – immer unter dem Vorzeichen und mit dem Versprechen von Glück.

Vermeintliche Glücksbringer lassen viele Menschen heute aber eher ausbrennen. Unzufrieden mit sich und der Welt, ruhe- und rastlos wird fremden (vermeintlich eigenen) Idealen atemlos hinterher gerannt, getrieben von Zeitdruck und Konkurrenzdenken, von materiellen „must-haves“ und teurer werdendem Alltagsleben. Noch schöner, schneller, effizienter, erfolgreicher sein. Nicht auf der Strecke bleiben, das eigene Glück optimieren, alles scheint ja machbar „to go“, also im Vorbeigang aufschnappbar.

Mitunter kommen aber Zweifel. Die grauen, übernächtigten Gesichter in den öffentlichen Verkehrsmitteln morgens früh sprechen eine andere Sprache. Meldungen über zunehmende Abhängigkeit von der Sozialhilfe, knapp werdender, bezahlbarer Wohnraum, Idealalter bei der Jobsuche Mitte Zwanzig bis maximal Mitte Dreissig lassen aufhorchen, tönen so gar nicht nach glücklichen Zuständen und Machbarkeit. Bewegt man sich zudem im Gebiet der Sozialen Arbeit, sind viele der polierten Glücksversprechen bloss leere Worthülsen – der Alltag zeigt andere Facetten. Während es „oben“ einigen materiell (psychisch oder sozial mag es anders aussehen) sehr gut geht, nimmt die Anzahl derer, deren materielle Lage (somit auch die bio-psycho-sozio-kulturelle Lage) prekärer wird, eindeutig zu. Wer aufs Sozialamt kommt, ist materiell in einer untragbaren Situation. Ganz so offensichtlich ist dies im Soziokulturellen Bereich (z. B. in einem Quartiertreffpunkt) nicht. Menschen kommen und gehen, geben mehr oder weniger von sich preis, machen mehr oder weniger mit. Was auf den ersten Blick schwerer fassbar erscheint, birgt aber grosse Chancen: der ungezwungene, niederschwellige Rahmen erlaubt viel eher Begegnungen auf Augenhöhe, lässt Vertrauen und Beziehungen wachsen, Gespräche über Gott und die Welt werden geführt und vom Alltag mit seinen Hürden und Freuden erzählt. Da findet sich guter Boden, um Glück gemeinsam entstehen zu lassen, in Momenten manchmal, in der Gestaltung und (Wieder-) Bemächtigung der Lebenswelt. Neue Kontakte, Vernetzung, neue Möglichkeiten können sich eröffnen, manchmal bis ganz oben, in die gesellschaftsrelevanten Themen hineinwirken.

Dass Glück und das Streben danach nicht eine Erfindung der Gegenwart sind, beweist ein Blick in die Vergangenheit. Fachleute aus Philosophie, Psychologie und vielen weiteren Gebieten versuchen seit Jahrhunderten, Glück zu definieren und fassbar resp. lebbar zu machen. Auch heute ist das Interesse an der Glücksthematik ungebrochen. Die mehr oder weniger seriöse Selbsthilfeliteratur nimmt stetig zu, Glück lässt sich scheinbar per Rezept verwirklichen. Daneben existiert aber auch eine zunehmende Anzahl an empirischen Studien, die sich, ausgehend von der jeweiligen Disziplin (Ökonomie, Psychologie, Medizin usw.) mit der Glücksthematik befassen und interessante Fakten liefern, so dass auch die Politik sie nutzbar machen will. Dass mittlerweile in manchen europäischen Ländern das Schulfach Glück unterrichtet wird, ist sicher ein Fortschritt in der Gesellschaftsentwicklung. Doch reicht das?

Kann die Soziale Arbeit (SA), in diesem Fall die Soziokulturelle Animation (SKA) durch ihre Niederschwelligkeit, die Vermittler- und Drehscheiben-Funktion, in der Gesellschaft, bei Gruppen und auch bei Individuen entsprechende Impulse und Unterstützung geben, dass die im Berufskodex genannte Ermächtigung der Menschen, ihr Leben und ihren Lebensraum selber zu gestalten auch bezüglich Wohlbefinden („Glück“) stattfinden kann? Betrachtet man die Teilgebiete der SA, kommt der Soziokulturellen Animation am ehesten eine präventive, wenn nicht gar gesundheitsfördernde Aufgabe zu. Sie hat durch ihre Position, Werkzeuge und Eigenarten die Chance, die Lage der Menschen oder gesellschaftliche Aufgaben von einem anderen Blickpunkt als demjenigen der reinen



Problemorientierung und Nothilfe, wenn etwas bereits „schadhaft“ ist, anzugehen, auch wenn sie natürlich letztlich auch die Verbesserung von Lebenswelten, Verständigung der verschiedenen Beteiligten darüber und einen Ausgleich von sozialer Ungleichheit, also gesellschaftlichen Wandel, anstrebt und unterstützt.

## 1.2 Persönliche Motivation

In der Auseinandersetzung mit den Aufgaben und Möglichkeiten der SKA, sich mit künstlerischen Mitteln z. B. in der Friedensarbeit zu engagieren, ist die Autorin beim Begriff „Glück“/ Wohlbefinden fasziniert hängen geblieben. Die SKA weist viele Möglichkeiten auf, dem Wohlergehen und Erstarken von Menschen beizustehen – und dies ohne in typisch therapeutische Gebiete vorstossen zu müssen, auch wenn eine partielle Zusammenarbeit durchaus denkbar wäre.

Die Autorin ist überzeugt davon, dass Glück/Wohlbefinden gemäss Berufsdefinition des IFSW (International Federation of Social Workers), die von der „Ermächtigung und Befreiung der Menschen, um ihr Wohlbefinden zu heben“ spricht, ein zentrales Thema für die SKA ist und es von Bedeutung ist, den direkten Kontakt zu suchen und die Fragestellungen mittels Forschung in der Praxis teilweise zu beantworten.

Das Themenfeld ist schier unerschöpflich und die Frage nach dem Glück wird in Bezug zu den weltweit verschiedenen philosophischen Traditionen, Kulturen und Lebenslagen sowie Lebensphasen zu beantworten versucht. Faktoren zeichnen sich ab, die sich für die Menschen weltweit als relevant erweisen. Diesen in Bezug auf die SKA nachzuspüren, hat sich die Verfasserin aufgemacht, um in Abgleichung mit Aussagen der Adressatenschaft der SKA zu einer Bestätigung vermuteter Zusammenhänge und ev. einer grösseren Gewichtung des Themas Glück in der SKA beizutragen.

## 1.3 Fragestellungen

Die Autorin hat folgende Fragestellungen formuliert, die in dieser Arbeit beantwortet werden sollen:

- 1 - Was wird unter Glück/Glücklichsein verstanden?
- 2 - Weshalb brauchen Menschen Glück/Glücklichsein und sehen es als erstrebenswertes Ziel?
- 3 - Wodurch lässt sich feststellen/ begründen, ob es Aufgabe der SKA ist, Menschen zum Glücklich(er)werden zu begleiten?
- 4 – Kann die SKA Menschen durch die Arbeitsprinzipien Partizipation, Empowerment, Ressourcenorientierung (P-E-R) beim Glücklich(er)werden unterstützen?

## 1.4 Ziel der Arbeit

Ziel ist es, ein Spotlight auf die SKA und ihre aufbauenden, gesundheitsfördernden, „glücksfördernden“ Anteile, die verschiedenen Feldern (Psychologie, Philosophie, Coaching, Demokratieförderung, Raumplanung, Beratung,...) zugeordnet werden können, zu halten. Die Arbeit möchte das Bewusstsein von Vernetzung, Zusammenhängen, Zusammenspiel verschiedener Gebiete fördern, indem sie Parallelen anspricht, Diskussion und Dialog anregt. Möglicherweise ergeben sich so neue Synergien und Stossrichtungen.

## 1.5 An wen wendet sich die Arbeit?

Alle, die im Feld der SKA tätig sind (Arbeit; persönliches Interesse) und mit den Arbeitsprinzipien P-E-R zu tun haben, indem sie Menschen begleiten und befähigen, ihre Anlagen zu entfalten und damit selbstbestimmt Teil in der und für die Gesellschaft zu sein, sollen angesprochen werden.

Überdies wendet sich die Arbeit an Personen aus angrenzenden Gebieten, um den Dialog und Synergien anzustossen und das gegenseitige Verständnis zu fördern.



## 1.6 Aufbau der Arbeit

In einem ersten Teil nach der Einleitung (Kap. 2) beschäftigt sich die Arbeit mit dem Glücksbegriff, dessen Auftauchen in verschiedenen Disziplinen (Ökonomie, Philosophie usw.) und interessanten Glücksstudien (Kap. 2.1 bis 2.6), setzt sich also mit der **ersten Fragestellung** nach dem Wesen des Glücks (Was ist Glück?) auseinander.

In einem weiteren Teil (Kap. 2.7) werden Zusammenhänge von Glück/ Bedürfnissen der Menschen sowie theoretische Ansätze zum Thema beleuchtet. Dies dient der Beantwortung der **zweiten Fragestellung**, die sich damit auseinandersetzt, weshalb Menschen überhaupt Glück benötigen. Auch wird aufgrund dieser Teile eine Definition des Glücksbegriffs für diese Arbeit abgegeben.

Kapitel 3 widmet sich der Verortung und Aufgabenklärung der SKA, was wichtig ist für die Beantwortung der **dritten Fragestellung**, wie sich die Zuständigkeit der SKA für das Glücklicherwerden ihrer Adressatschaft begründen lässt, um sich dann in den Kapiteln 4.1 bis 4.4 mit den Voraussetzungen und den Arbeitsprinzipien Partizipation, Empowerment und Ressourcenorientierung auseinander zu setzen.

Ab Kapitel 4.5 werden das Gebiet des Forschungsobjekts, das Theaterschaffen in der Sozialen Arbeit sowie die konkrete Theatertruppe kurz beleuchtet.

In Kapitel 5 werden das Forschungsdesign und die Datenauswertung erläutert, bevor in Kapitel 5.5 und 6 die Ergebnisse aus der Forschung dargelegt und diskutiert werden, um dann ihre Relevanz für die SKA, die Profession der SA, die Beantwortung der **vierten Fragestellung** und die Praxis in Kapitel 7 festzustellen sowie alle vier Fragestellungen zusammenfassend zu beantworten.

Gefolgt werden diese Ausführungen in Kapitel 8 von einer persönlichen Stellungnahme und einem Fazit der Autorin.

Am Schluss finden sich das Quellenverzeichnis, Interviewgrundlagen usw. im Anhang.

## B – THEORETISCHER HINTERGRUND

### 2 GLÜCK – EINE EINFÜHRUNG

*Beschäftigt man sich mit dem Glücksbegriff, tun sich einem weitläufige Felder und Vernetzungen auf. Zum Glücksbegriff findet man weder eine genaue Definition, noch eine Eindimensionalität. Glück ist seit Jahrtausenden etwas, wonach der Mensch im Leben strebt – und es ist scheinbar genauso vielschichtig wie das Leben selbst.*

Dass es sich dabei nicht allein um die Beschäftigung mit Glückssymbolen oder zugefallenen Glücksmomenten handelt, beschreiben Dieter Thomä, Christoph Henning und Olivia Mitscherlich-Schönherr (2011) in der Einleitung ihres Buches. Dort ist davon die Rede, worauf man bei der Beschäftigung mit dem Glück unweigerlich stößt: den spürbaren Stachel bedrückender Lebensverhältnisse, bedrohlicher Zukunftsaussichten oder vernichtender Kriege. „Das Nachdenken über das Glück ist auch von dem Schmerz, den dieser Stachel auslöst, gezeichnet“ (S. 1). Gleichenorts verweisen sie darauf, dass es beim Glück nicht nur um äussere Lebensumstände oder das Privileg einer Minderheit geht, sondern etwas, wonach alle Menschen streben, wie Aristoteles bereits im 5. Jahrhundert v. Chr. erklärte.

Dass es sich beim Beschäftigen mit Glück um nichts Neues handeln kann, liegt auf der Hand, jedoch kann es angebracht sein, sich von Zeit zu Zeit damit zu beschäftigen – oder wie Spaemann (1989, zit. in Thomä, Henning und Mitscherlich-Schönherr, 2011) es ausdrückt, dass das Glück „von Zeit zu Zeit neu gedacht werden muss, weil die realen Bedingungen und die zur Verfügung stehenden Begriffe für unser Selbstverständnis sich wandeln“ (S. 1). Sie führen aus, dass auffallend am Glücksbegriff dessen Verschiedenartigkeit im Auftreten ist. Man trifft auf das Glück in einer Art haltbaren Form,



dessen Glücksquellen z. B. Gesundheit, Arbeit, Familie, Sicherheit, Geld usw. sind (gemäss Autorin: Ansatzpunkte für die SA). Auch auf die Wandlungsfähigkeit und Vergänglichkeit des Glücks wird hingewiesen (Glücksmomente durch zufallendes Glück wie z. B. beim Lotto-Spiel). Der Volksmund kennt diesbezüglich den Ausspruch von „Pech im Spiel, Glück in der Liebe“, was sich wahrscheinlich auf diese zwei Seiten der Glücksmedaille bezieht.

In folgenden Kapiteln wird etwas detaillierter auf Facetten des Glücks eingegangen. Die Autorin behält sich vor, einige wenige Gebiete, die sie als relevant für die Sozialen Arbeit ansieht, aus der grossen Vielfalt herauszugreifen. Dies dient als Grundlage zur Beantwortung der **ersten Fragestellung**:

*1 - Was wird unter Glück/Glücklichsein verstanden?*

## 2.1 Glück im Deutschen

Anders als z. B. das Englische, das laut Jochen Hörisch (2011) zwischen sechs Begriffen für Glück unterscheidet, kennt das Deutsche nur einen Begriff, das Wort „Glück“, „um körperlich-sinnliche oder sinnerfüllte, intensiv-glühende oder transzendenzlastige, zufällig sich einstellende oder durch eigenes Streben errungene Glückszustände zu benennen“ (S. 13).

Interessant wird es dort, wo das Wort „Glück“ scheinbar die nächste Verwandtschaft hat: beim Wort „Lücke“. Hörisch zeigt auf, dass im Grimmschen Wörterbuch fast in „obsessiver Form“ auf den Zusammenhang von „Glück“ und (erfüllter) „Lücke“ verwiesen wird. Auch legt dies den offenkundigen Zusammenhang von Glück, das nur über die Erfahrung der Lücke, des Mangels resp. des „Unglücks“, also wenig guter Zustände, erfahrbar wird.

Hier finden sich laut Autorin Anknüpfungspunkte für die SA, die „Lücken schliesst“ und damit die Gelegenheit hat, Menschen und Zustände „glücklicher“ zu machen.

Dass Glück nicht bloss ein Zustand der gefüllten Lücke ist, beweisen laut Hörisch die diversen Ausdrucksformen in der deutschen Sprache: „Glück haben“ bezeichnet etwas, das einem von aussen zufällt und meist weniger hoch gewertet wird als „glücklich sein“, welches den inneren Zustand eines Menschen meint. Und „glücklich sein“ ist bereits irgendwie ein wenig des Guten zuviel, ein enthusiastisches Moment zum Innerweltlichen schwingt darin mit. Was in anderen Sprachen über verschiedene Wörter näher beschrieben wird, wird im Deutschen mit „haben“ oder „sein“ sowie weiteren sprachlichen Feinheiten der Umschreibung oder im Satzzusammenhang erzeugt (S.14).

## 2.2 Glück und Philosophie

Weiter zeigt sich die Mehrdeutigkeit/Vielfalt z. B. bei Jens-Uwe Martens (2014) darin, dass zur Beschreibung von Glück bereits in der Antike zwischen 500 v. Chr. bis Christi Geburt (Athen, Rom) verschiedene Definitionen und Haltungen zur Verfügung standen. Zum einen z. B. der

### Hedonismus

der besagt, dass Glück entsteht, wenn man sich der Lust hingibt und den Schmerz vermeidet (Aristippos von Kyrene, Epikur; S. 30-31), zum anderen der

### Eudaimonismus

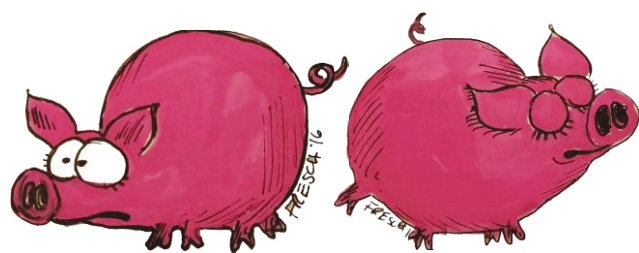
der das Glück im tugendhaften, selbstgenügsamen Lebenswandel sieht (Sokrates, Platon, Aristoteles; S. 31). Dem ähnlich vertritt die

### Stoa

(Seneca, Marcus Tullius Cicero, Marc Aurel) die Haltung, dass Glück eine Frage der inneren Haltung, der Tugendhaftigkeit und einer geordneten Lebensführung ist (S. 32). In derselben Zeitspanne zwischen 500 v. Chr. bis ca. 600 n. Chr. entstanden auch in Asien zwei wichtige philosophische Haltungen zum Glück:

### Konfuzius

bezog sich in der Hauptsache auf die Glücksquellen, Bildung, Reflexion und gesellschaftliches Engagement, währenddem Lao-Tse, der Begründer des





## Taoismus

das Glück darin sah, sich mit dem Schicksal abzufinden, die natürliche Ordnung zu akzeptieren, Teil der Natur zu werden und eine gesunde Lebensweise anzustreben (S. 30).

Im **Mittelalter** beriefen sich die Menschen in Europa laut Martens (2014) v. a. darauf, dass das Glück im Glauben zu finden sei. Damit verbunden waren Überzeugungen, dass das Glück in dem zu erwerben sei, was einem kein Schicksalsschlag entreissen kann, oder auch, dass der Glaube ein Vorausverkoster der Erkenntnis ist, die uns in der Zukunft glückselig macht (Augustinus, Thomas von Aquin; S. 33).

In der **Philosophie des 19. und 20. Jahrhunderts** in Deutschland sowie in der Psychoanalyse wird das Glück in der Beseitigung eines Mangels, aber auch im sozialen Rückzug und materieller Selbstbeschränkung beschrieben (Schopenhauer). Nietzsche bringt Glück mit Macht in Zusammenhang, wohingegen Freud zum Schluss kommt, dass Glück gar nicht möglich sei. Die Haltung von Frankl, dass der Mensch vor allem nach Sinn strebe, konnte durch die empirische Psychologie teilweise bestätigt werden (S. 34).

## 2.3 Glück und Psychologie

Für die Soziale Arbeit interessant ist die breite Bestätigung durch die empirische Psychologie, was die **neueren Konzepte der westlichen Welt im 20. Jahrhundert bis zur Gegenwart** anbelangt (Martens, 2014). Dies kann esoterische Konzepte wie die New Age-Bewegung (Tolle, Krishnamurti, Hanh, Wilber) betreffen oder auch das Konzept von De Mello. Deren Bedingungen für das Glück betreffen ein spirituelles Leben, Glück, das von innen kommt, sich nicht erzwingen lässt sowie eine gesunde Lebensweise, Verwirklichung eines unabhängigen, authentischen Seins, Achtsamkeit und persönliches Wachstum (S. 35).

Weiter wurden die psychologisch orientierten Selbsthilfebücher der **neuen Generation (20. Jhd – heute)**, Robbins, Canfield, Seligman, Csikszentmihalyi, Carnegie) durch die empirische Psychologie praktisch ausnahmslos bestätigt in ihren Aussagen betreffend der Bedingungen für Glück. Glück liegt demnach im Innern des Menschen, weniger in den äusseren Umständen, setzt sich zusammen aus Unabhängigkeit, Selbstverwirklichung, Autonomie, Authentizität, Gelassenheit, Beziehungspflege, Sinnsuche, Toleranz, Optimismus, einem positiven Selbstbild, Selbstwirksamkeit erleben und Engagement, Flow erleben im Tun.

Die neueren Ansätze in der Psychologie basieren auf der Positiven Psychologie (PP), die laut Lopez und Gallagher als Begriff erstmals 1954 von Abraham Maslow genannt wurde, um die negative Verzerrung der akademischen Psychologie zu kritisieren (Lopez & Gallagher, 2009; zit. in Larry Brendtro & Christoph Steinebach, 2012, S.18). Dadurch, und weil bestimmte Themen nicht oder nur aus einem defizitorientierten Blick heraus bearbeitet wurden (S.19), entstand die PP. Deren Fokus richtet sich auf Ressourcen, Stärken und Wachstum, d.h. Gegenstand von Forschung und Anwendung werden damit Tugenden, Charakterstärken, die gesunde Bewältigung von Krisen und kritischen Lebensereignissen sowie Glück und Wohlbefinden (Wong, 2011; zit. in Brendtro & Steinebach, 2012, S.19). Den Start zur heutigen Hochkonjunktur der PP geht aber auf die Eröffnungsrede von Martin Seligman, die er als Präsident der American Psychological Association im Jahr 1998 hielt, zurück (S.20). Der nicht unumstrittene Begriff POSITIVE Psychologie, meint aber nicht, dass alle anderen Richtungen negativ sind, sondern vielmehr richtet er sich nicht primär nach dem medizinischen Krankheitsbild – ähnlich wie dies in der Gesundheitsförderung die Salutogenese von Antonovsky seit den 1980er-Jahren tut. In ihren Ausführungen meinen Brendtro und Steinebach, dass man sich mit der Positiven Psychologie auch nicht nur auf Positives beschränken kann, zumal oft nicht klar ist, oder erst in einem gewissen Kontext, was in der betreffenden Situation als positiv und was als negativ gesehen werden kann. So kommen sie zum Schluss, dass daher die Positive Psychologie auch das Negative im Leben der Menschen berücksichtigen sollte (S.19).

# 1. Das salutogenetische Modell

## Verwandte Konzepte

© Bengt Lindström, Monica Eriksson, Peter Wikström

<http://www.salutogenesis.hv.se/eng/Publications.18.html>

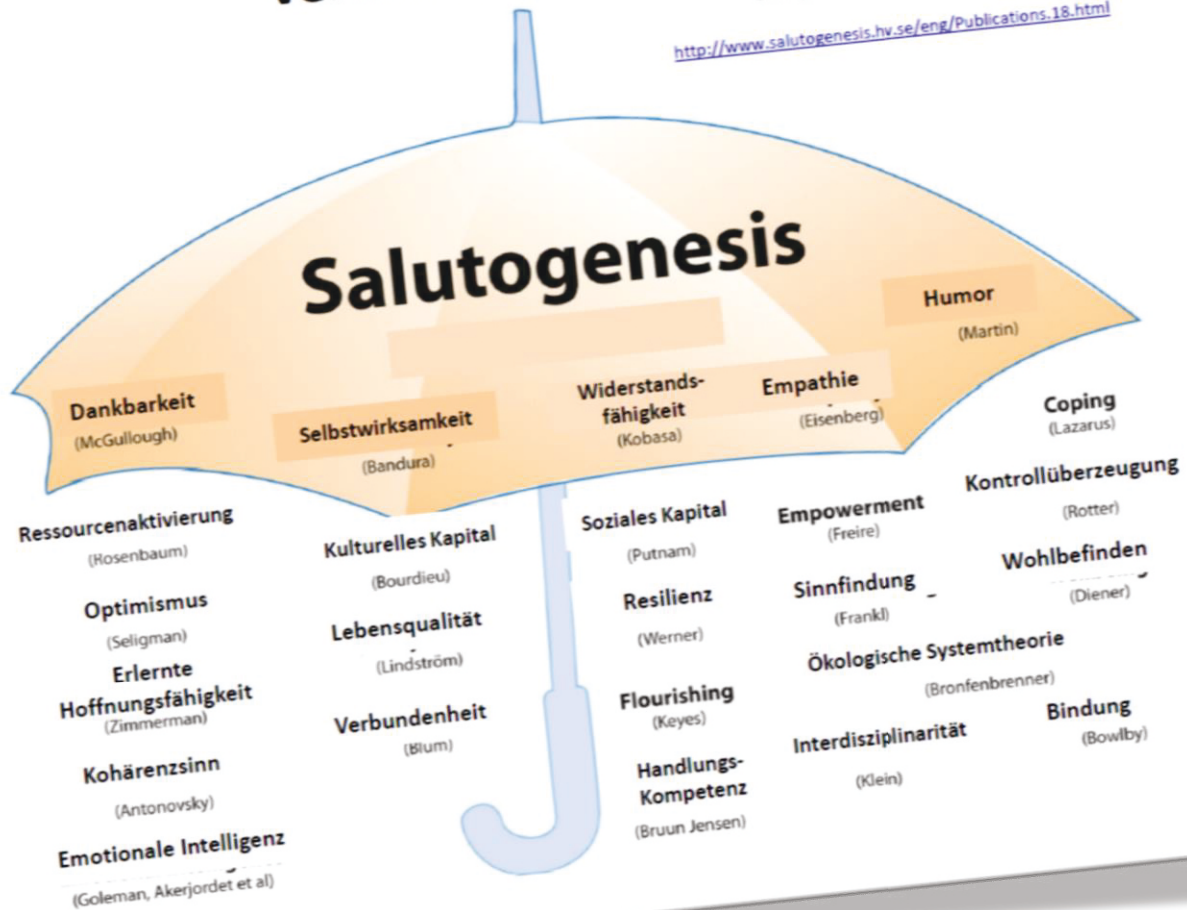


Abb.01 Das salutogenetische Modell - Verwandte Konzepte.  
Claudia Meier Magistretti (2016). Unveröffentlichtes Unterrichtskript M305.

Laut Michael F. Gschwind (2013) interessiert sich die wissenschaftliche Forschung der PP für das optimale menschliche Funktionieren und versucht deshalb Faktoren und Prozesse zu verstehen und zu fördern, die es Individuen und Gesellschaften erlauben, ein „gutes Leben“ zu führen (PowerPointPräsentation vom 3.6.2013, S.4), um dann auf das Krankheits-Gesundheitskontinuum zur Verortung von Glück/Gesundheit bzw. Unglück/Krankheit hinzuweisen.

Martin Seligman (2014) nennt als Kernfaktoren des sog. „Flourish“ drei Kerneigenschaften (Positive Gefühle, Engagement/Interesse, Sinn/Bedeutung im Leben) und einen Katalog von sechs weiteren, zur Hälfte vorhanden sein müssenden Eigenschaften (Selbstachtung, Optimismus, Resilienz, Vitalität, Selbstbestimmtheit, Positive Beziehungen), damit ein Mensch aufblüht und sich entfaltet (S.49). Daraus leitet Seligman die Kurzfassung PERMA ab (**P**ositive Emotionen, **E**ngagement, **R**elationship, **M**eaning, **A**ccomplishment/etwas zu Ende führen). Obwohl eine gewisse Verwandtschaft von Flourish und Authentic Happiness (die behauptet, dass wir Glücksmaximierung anstreben) sichtbar ist, unterscheidet Seligman dies deutlich voneinander, indem er auf die Mehrdimensionalität des Wohlbefindens im Aufblühen (Flourish) hinweist. Dies ist (stellvertretend für ähnliche Konzepte) ein Beispiel in der Psychologie, das sich dem Thema Glück widmet. Die Grafik aus dem Modul Gesundheitsförderung nennt eine Vielzahl verwandter Konzepte zum salutogenetischen Modell. Eines davon ist Seligmans „Flourish“.

### 2.3.1 Glücksstudie: Harvard Study of Adult Development

*Die grösste bisher durchgeführte (und weitergeführte!) Studie zum Guten Leben ist die seit bereits 1938 laufende Harvard Study of Adult Development. Sie ist aus den beiden Studien Harvard Grant Study und The Glueck Study hervorgegangen und wird bereits vom vierten Studiendirektor, Robert Waldinger, einem Psychiater, Zen Priester und Psychoanalytiker der Harvard Medical School, geleitet.*

In seiner Rede zu „The Good Life“ bei TEDxBeacon Street fasst Waldinger (2015) die wichtigsten Ergebnisse leicht verständlich zusammen. Beginnend mit den vielen Bildern/Werten, die uns vorgaukeln, dass es im Leben das Wichtigste sei, Reichtum und Berühmtheit zu erreichen, Imperien aufzubauen und dafür hart und härter zu arbeiten, leitet er zu den Ergebnissen über, die aus der bereits über 75 Jahre lang laufenden *Harvard Study of Adult Development* gewonnen wurden und werden.

Die Studie wurde 1938 in Boston mit 724 Menschen begonnen. Es wurden eine Gruppe von College-Studierenden und eine Gruppe der ärmsten, in der schlechtesten Gegend von Boston aufwachsenden Kindern ausgewählt. Mit diesen (und ihren Nachfahren) werden regelmässig über verschiedene Kanäle Daten erhoben.

Die Ergebnisse zeigen auf, dass nicht Reichtum, Berühmtheit usw. für ein gutes, glückliches Leben verantwortlich sind, sondern authentische, verlässliche, nahe Beziehungen (Partner/-in, Familie, Freunde etc.). Dies erhält Menschen gesund, macht glücklich und wirkt lebensverlängernd. Nicht die Anzahl der Freunde, sondern die Qualität naher, verlässlicher Beziehungen zählt. Unfreiwillige Einsamkeit wirkt wie Gift im Menschen: Geistiger Abbau, Alterungsprozess und Gesundheitseinbussen beschleunigen sich. Bedenklich also, dass sich heute viele Menschen als einsam bezeichnen. Waldinger sagt, dass nicht der Cholesterinspiegel massgebend ist, sondern, wie zufrieden man in Beziehungen ist. Wer schlechte oder fast keine Beziehungen hat, leidet auch unter Schmerzen mehr – dazu kommt der emotionale Schmerz (<http://www.openculture.com/2016/04/what-are-the-keys-to-happiness.html>).

Angesichts dieser Studienresultate vermutet die Autorin, dass die SKA eine wichtige Aufgabe hinsichtlich Prävention/Gesundheitsförderung inne hat, denn sie setzt mit ihrer Arbeit genau an den Beziehungspunkten Vernetzung, Teilnahme, Teilhabe, Integration etc. an. Herstellen kann sie „Glück und Heil“ nicht, aber sie hilft mit, Menschen Strukturen und Möglichkeiten zu schaffen/miteinander schaffen zu lassen, was für diese glücksfördernd sein kann.

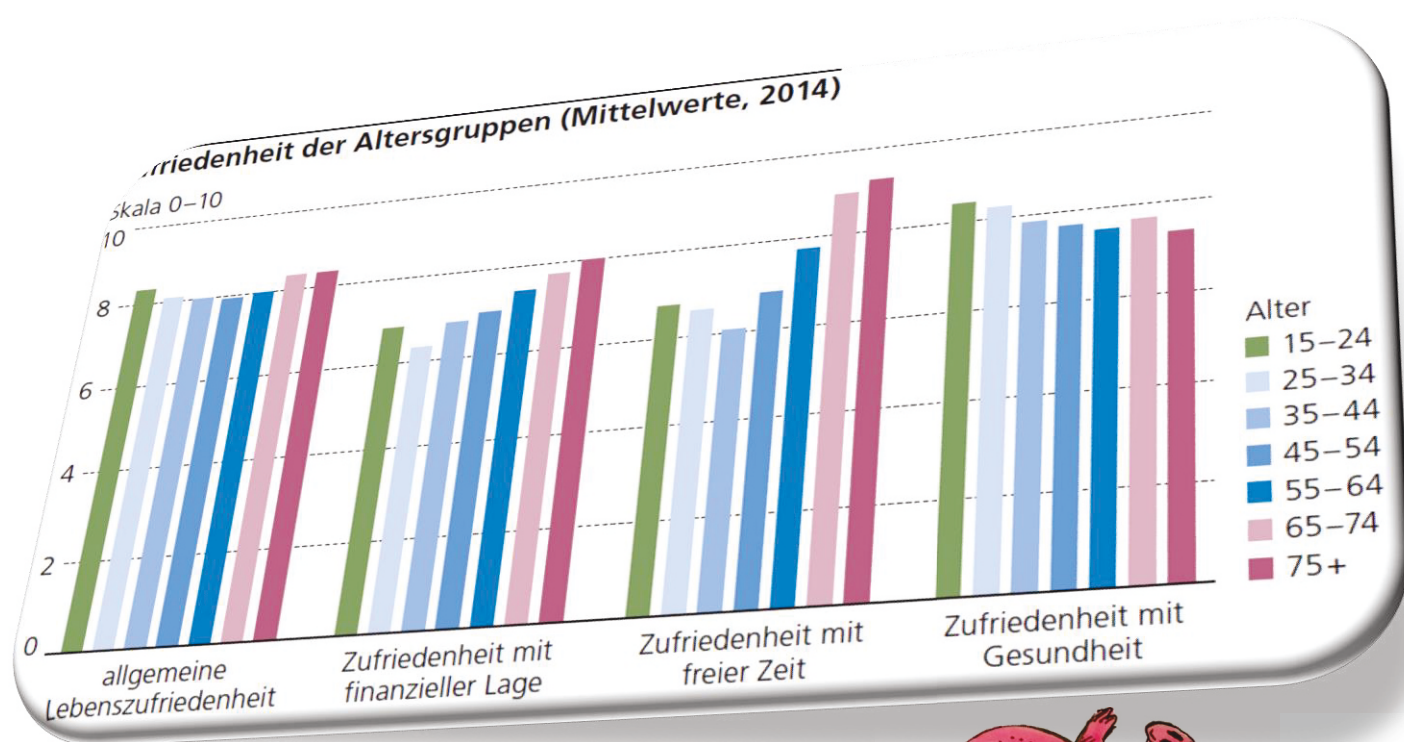


Abb.02 Zufriedenheit der Altersgruppen  
Sozialbericht Schweiz (2016)

### 2.3.2 Sozialbericht 2016 Schweiz

Weniger ausführlich, aber von Interesse betr. der Thematik Wohlbefinden, Zufriedenheit und Lebensziele, sind die Aussagen im Sozialbericht (2016), der seit dem Jahr 2000 mit Unterstützung/Mitwirkung des Schweizerischen Nationalfonds und der Universität Lausanne und des Seismo-Verlags alle vier Jahre herauskommt. Er gibt laut FORS (Schweizer Kompetenzzentrum Sozialwissenschaften)(2016) darüber Auskunft, wie die aktuelle Lage und die Entwicklungstendenzen in der Schweizer Gesellschaft sind. Franziska Ehrler (2016), als Herausgeberin/Mitverfasserin des Sozialberichts 2016, schreibt auf DeFacto (Plattform für Resultate der universitären Forschung; Expertenwissen aus Politik- und Sozialwissenschaften), dass vor allem Ausgrenzung das Wohlbefinden beeinträchtigt, z. B. wenn Personen aus dem Bildungssystem oder dem Arbeitsmarkt herausfallen, oder weil ihre finanzielle Situation sie in die Armut führt. Ehrler umschreibt dies mit den Worten „eine ernsthafte Beeinträchtigung des Wohlbefindens“ und merkt weiter dazu an, „wie wichtig es ist, das Wohlbefinden nach einzelnen Lebensbereichen und für verschiedene Bevölkerungsgruppen zu betrachten“. Sie befürchtet, dass politische Innovationen ausbleiben würden, wenn nur die durchschnittliche Zufriedenheit rapportiert würde. Dies hätte zur Folge, dass notwendige Reformen nicht lanciert und Ungleichheiten akzeptiert würden – da die Bevölkerung ja zufrieden ist. Ehrler plädiert dafür, dass deshalb die Sozialberichterstattung ihren Beitrag leistet, „indem sie sozialpolitische Problematiken so vielfältig wie möglich beleuchtet und dazu gehört auch die Analyse des Wohlbefindens“ (www.defacto.expert, Sozialbericht 2016, 24.10.2016). Der Bericht kommt zu ähnlichen Aussagen wie die Langzeitstudie aus Harvard. Mitherausgeber Dominique Joye (2016) sagt, dass bei den Umfrageergebnissen Vorsicht geboten sei, denn es bestehe in der Schweiz ein sozialer Druck zu sagen, man sei glücklich (Interview SRF, 04.10.2016).

#### 2.3.2.1 Glück und Neurowissenschaften

Grit Hein (2011) erklärt zu den Neurowissenschaften, dass sich diese mit den Orten neuronaler Aktivierung und dem zeitlichen Verlauf auseinandersetzen. Sie beschreibt Testmethoden (funktionelle Magnetresonanztomographie u.a.) und stellt fest, dass diese Methoden einen grossen statistischen Aufwand bedingen, da man nicht einfach schnell schauen kann, was im Hirn passiert (S.374-375). Sie gibt ausserdem Einblick in interessante Tatsachen: z. B. reagieren wir – wahrscheinlich um Gefahren zu vermeiden – viel stärker auf negative Ereignisse (Negativitätsbias)(S.375). Hein merkt überdies an, dass unser Hirn nichts Deterministisches hat, sondern eine lebenslange Plastizität (Anpassung/Wandlung) behält, somit auch in Sachen Glück trainierbar ist (S.379). Hein hält fest, dass Glücksempfindungen mit Aktivitäten im Gehirn korrelieren, von diesem aber nicht selbst hergestellt werden. Sie betont zudem, dass natur- und geisteswissenschaftliche Ansätze integriert werden sollen, um ein breiteres Potenzial in der Forschung ausschöpfen zu können.

In seinen Ausführungen zu Zusammenhängen von Glück und neurobiologischen Vorgängen weist Tobias Esch (2014) darauf hin, dass Glück(sfähigkeit) zum Teil angeboren (oder sehr früh erworben), im Wesentlichen aber über Lebenserfahrungen und individuelle Konsequenzen daraus mitbestimmt wird (S.164). Er sagt, dass in der Informationsübertragung im Gehirn zwischen den Nervenzellen im Prinzip jeder der vielen verschiedenen Botenstoffe (> 100) seine vorgeprägten Andockstellen hat. Der Informationsfluss wird auf vielfältige Weise moduliert, qualitativ wie quantitativ. Auch Esch betont, dass das Gehirn an sich zudem neuroplastisch ist, d.h. es ist durch Therapien, Beziehungen, Erfahrungen, Lernen, Trainings und Flow-Erleben formbar, ständig im Wandel. Dies legt nahe, dass z. B. in der Positiven Psychologie ebenfalls die Glücksfähigkeit geübt werden kann, wenn sie genug entsprechende Erfahrungen erhält – dies lebenslänglich (S.72)! Auch sind laut Esch die komplexen Abläufe der Informationsübertragung empfindlich und von aussen (psychoaktive Substanzen, Pharmaka) leicht zu beeinflussen. Die biochemischen Vorgänge an dieser Stelle genauer darzustellen, sprengt leider den Rahmen dieser Arbeit.

Laut Esch kann man „Glück trainieren, weil es weniger zufällig ist als zunächst angenommen, und weil unser Verhalten, unser Gehirn, zum Teil sogar unsere Gene plastisch sind. (...) Fest steht,





Abb.03 Bedürfnispyramide nach Maslow

dass die neurobiologischen «Potenziale» in uns allen angelegt sind und die (...) autoregulativen Prozesse «harte» Konsequenzen haben können“ (Esch, 2014, S.166). Er sagt zudem, dass es heute gut belegt ist, was für Erfahrungen „glückliche“ Menschen mit ihrem Eigenanteil von 40% gemacht und abgespeichert haben: Sie nehmen sich selbst und die Welt um sie herum offenbar als sinnhaft und kohärent wahr, also als „schlüssig“, als prinzipiell beeinflussbar, verstehbar und zusammenhängend (S.165). Dies entspricht dem Kohärenzsinn (SOC) in der Salutogenese-Theorie von Aaron Antonovsky (Kap. 2.7.4, Anm. der Autorin).

Und Michael Koch (2002) merkt an, dass sich feststellen lässt, dass das bewusste Gefühl von Glück eine physiologische Grundlage hat: die Folgen von Reizen eher Freude entsprechen, das Glücksgefühl eher einer positiven Grundstimmung (Behagen, innere Zufriedenheit)(S.80).

## 2.4 Glück und Wirtschaft, Ökonomie

Heinrich Fisch (2002) findet den Zusammenhang zwischen Glück und Wirtschaft offensichtlich. Er erläutert, dass die rein ökonomische Betrachtungsweise des Menschen als bedürfnisorientiertes Wesen bis heute Auswirkungen auf die Politik, speziell die Wirtschaftspolitik aufweist. Dies, indem nach wie vor davon ausgegangen wird, „dass die Bedürfnisse immer grösser sind als die zur Verfügung stehenden Güter, (...) also stets Knappheit besteht“ (S.213). Fisch weist ebenfalls darauf hin, dass sich die Ökonomie „von dem ganzheitlichen Entwurf der Lebenswelt trennte“, was aufzeigt, dass heute ökonomische Effizienz über anderen Faktoren wie gerechtem Lohn, gerechtem Preis oder gerechtem Gebrauch des Eigentums steht (S.218). Er sieht darin auch auf beiden Seiten (bei der Wirtschaft wie auch beim Staat) ein gewisses Versagen (S.219).

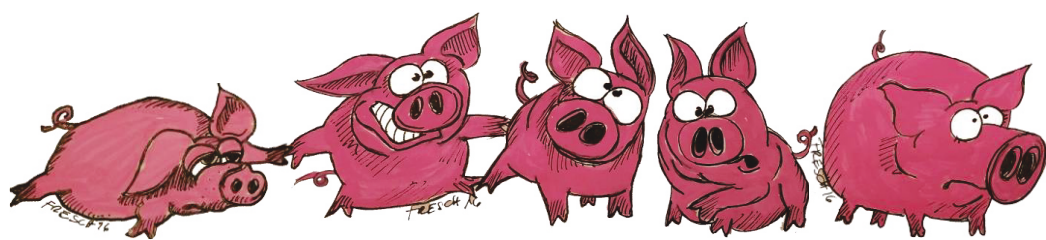
Sehr interessant ist da die Feststellung Seligmans (2014), dass das Bruttoinlandsprodukt (BIP), also das Volumen der Güter und Dienstleistungen, die produziert und konsumiert werden, in den USA steigt, währenddessen das messbare Unwohlsein (Auswirkungen: z. B. Depressionen, Scheidungen usw.) nicht abgenommen hat, was darauf hinweist, dass das BIP blind gegenüber menschlichem Leiden oder Aufblühen ist (S.313).

Dass auch andere Bedürfnisse als die rein physiologischen eine Rolle bzgl. Glück spielen, erläutert Fisch (2002) an der fünfstufigen Bedürfnispyramide nach Abraham Maslow, die zuunterst von den körperlich existenziellen Bedürfnissen (Nahrung, Schlaf, Kleidung usw.) ausgeht und sich über die Sicherheits-, Sozial-, Individual- bis zu den Selbstverwirklichungsbedürfnissen aufbaut (S. 214-216).

Ähnlich verhält es sich, wenn Martens (2014) auf das „Glück durch Beseitigung eines Mangels“ zu sprechen kommt und bei der Beseitigung von Armut feststellt, dass es eine Tatsache ist, dass Menschen unglücklich sind, wenn sie Not leiden und glücklich, wenn sie dieser Not entinnen. Weiter beruft er sich auf empirische Studien, die aufzeigen, dass auch ein steigendes Einkommen oder grosser Reichtum nicht automatisch glücklicher machen, z. T. dadurch sogar neue Probleme generiert werden (S.75). Luigino Bruni (2011) stellt diese Tatsache als Teil des sog. Easterlin-Paradox dar. Aufgrund von empirischen Forschungen zum Glücksbefinden ist belegt, dass zwar die Einkommensstärksten bleibend zu den Glücklicheren gehören, z. B. im Ländervergleich aber nicht automatisch die reichsten Länder auch die glücklichsten sind. Die Resultate der Erhebungen waren diesbezüglich mehrdeutig. Wachsendes Realeinkommen bedeutete nicht automatisch eine bessere Befindlichkeit oder mehr Glücksempfinden (S.404-405).

Daraus folgt, wie Martens (2014) feststellt, dass Wohlstand das menschliche Glück erhöht, wenn er „aus elender Armut befreit und in der Mittelschicht verankert, aber danach steigert er das Glücksgefühl nicht mehr“ (S.76).

Dass der Umgang mit Wohlstand bezüglich Glück auch einem Balanceakt gleicht, lässt sich mit folgenden Feststellungen von Martens illustrieren: Meist wird durch mehr zur Verfügung stehendes Geld auch mehr konsumiert. Doch die Versprechen und Bilder der Werbung entpuppen sich in der Regel als Lüge. Und Wohlstand geht mitunter auch auf Kosten intimer Beziehungen, da ein Wertewandel durch mehr Geld sich oft auch im Freundeskreis auswirkt (S.76-78).





## 2.5 Glück, Soziologie, Gesellschaft und Politik

Laut Hans Joas (2007) untersucht die Soziologie menschliche Gesellschaften und die zahlreichen Dimensionen sozialen Handelns und sozialer Beziehungen. Gleichzeitig hält er fest, dass soziale Tatsachen relativ beständige Eigenschaften der sozialen Realität sind und Rahmenbedingungen setzen sowie die Handlungen der Individuen prägen. Auch verweist er darauf, dass diese nicht in den Individuen lokalisierbar, sondern aus den Interaktionen von Individuen und Gruppen resultieren (S.36). Was heisst dies bezüglich Glück, Wohlbefinden und Lebensqualität? Dass die Rahmenbedingungen einer Gesellschaft das Wohlbefinden ihrer Mitglieder, deren Handlungen, und deren Handlungsspielraum mitbestimmen.

Dies kann laut Autorin als Gegenargument zu einer subjektivistischen Sicht von Glück angesehen werden und weist auf grundsätzliche Zusammenhänge in Gesellschaften hin. Joas drückt dies u.a. auch dadurch aus, dass „was in einem Teil der Gesellschaft geschieht, beeinflusst das und wird beeinflusst durch das, was in anderen Teilen geschieht“ (S.36). Diese komplexe, stets sich wandelnde soziale Realität, wird in der Soziologie mittels fünf Schlüsselbegriffen erklärt: Dies sind die Sozialstruktur, soziales Handeln, Kultur, Macht und die funktionale Integration (ebd.).

Politik als „Regelung der Angelegenheiten eines Gemeinwesens durch verbindliche Entscheidungen“, wie es von Dieter Fuchs und Edeltraut Roller (2009) ausgedrückt wird, hat laut Mark Elchardus (2011) die Möglichkeit einer Politik des Glücks im Sinne von Bedingungen schaffen, unter denen „das grösste Glück der grössten Zahl“ erlangt werden kann. Elchardus fasst die Faktoren für Glück in drei Kategorien zusammen: Umstände, andere Menschen und Weisheit (S.273-274). Er hält gleichzeitig fest, dass eine Politik des Glücks die persönliche Verantwortung natürlich nicht abschafft. Dennoch ist sein „Glücksschlüssel“, was die Regierungen anbelangt, der, dass diese „freiwillige Vereinigungen sowie öffentliche Gesundheits- und Pflegemassnahmen aktiv fördern und gleichzeitig Armut und wirtschaftliche Unsicherheit bekämpfen“ (S.277). Oder wie es Richard Layard (2011) ausdrückt: „Es geht nicht darum, Menschen dabei zu helfen, ‚ihren Garten zu bestellen‘. Es geht darum, eine Gesellschaft aufzubauen, in der sich die Menschen mehr umeinander kümmern“ (S.333).

## 2.6 Glück, Bedürfnisse, Soziale Ungleichheit und Gesundheit

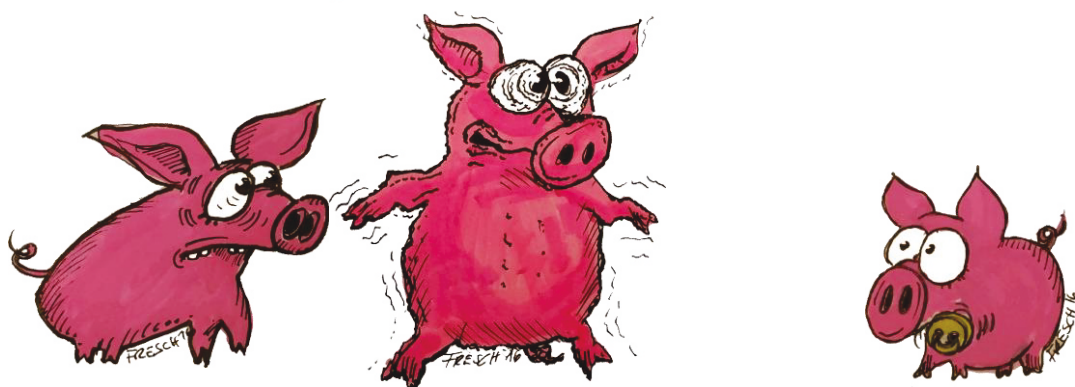
Wie aus den vorangehenden Kapiteln ersichtlich, sind Glück, Wohlbefinden und Lebensqualität multifaktoriell begründet. Durch die Harvard Studie wurden viele Komponenten aufgezeigt, die eine Rolle dabei spielen, um ein Leben „glücklich“ zu gestalten. Nachfolgend wird anhand von ausgewählten Modellen und Einflussfaktoren versucht, dies weiter zu präzisieren und zu verdeutlichen. Damit sollen Antworten auf die zweite Fragestellung ergründet werden:

### 2 - Weshalb brauchen Menschen Glück/Glücklichsein und sehen es als erstrebenswertes Ziel?

#### 2.6.1 Das Bio-psycho-soziale Bedürfnis-Modell (BPSBM)

Wie in den vorhergehenden Abschnitten aufgezeigt, basieren Wohlbefinden, Lebensqualität oder ‚Glück‘ auf einer Vielzahl von Faktoren. Dass diese relevant sind für das menschliche Wohlbefinden, rührt daher, dass sie biopsychosoziale Bedürfnisse des Menschen befriedigen.

Das Modell der bio-psycho-sozialen Bedürfnisse (nach Werner Obrecht) beruft sich, anders als die Maslow'sche Bedürfnispyramide, nicht auf eine hierarchische Struktur der Bedürfnisse, sondern stellt drei Bedürfniskategorien nebeneinander. Peter Sommerfeld (2016), gibt in seinem Referat vom 17. Mai 2016 folgenden Überblick über die Bedürfniskategorien (S.10).



**Biologische Bedürfnisse betreffen:**

- ♣ Physische Integrität
- ♣ Austauschstoffe (Nahrung, Wasser, Sauerstoff)
- ♣ Regeneration
- ♣ Sexuelle Aktivität/ Fortpflanzung

**Bio-psychische Bedürfnisse betreffen:**

- ♣ Sensorische Bedürfnisse
- ♣ Ästhetische Bedürfnisse
- ♣ Abwechslung
- ♣ Assimilierbare Information/ Verstehen (epistemischer Sinn)
- ♣ Subjektiv-relevante Ziele/ Hoffnung auf Erfüllung (subjektiver Sinn)
- ♣ Kontroll-/ Kompetenzbedürfnis (zur Lebensbewältigung)

**Biopsycho-soziale Bedürfnisse betreffen:**

- ♣ Emotionale Zuwendung (Liebe, Freundschaft)
- ♣ Spontane Hilfe
- ♣ Zugehörigkeit (Mitgliedschaftsbedürfnis; Familie, Gruppe Gesellschaft)
- ♣ Unverwechselbarkeit (biopsychosoziale Identität)
- ♣ Autonomie
- ♣ Fairness
- ♣ Kooperation
- ♣ Soziale Anerkennung
- ♣ (Austausch-)Gerechtigkeit

Sommerfeld (2016) erklärt, dass bei Organismen mit zentralem Nervensystem sich Bedürfnisse entwickeln. Diese Bedürfnisse dienen der Reproduktion des Organismus, „indem sie Verhalten motivieren, das lebensnotwendige Bedürfnisse befriedigt“. Bei Unterschreitung des Sollwerts entsteht z. B. Hunger (Bedürfnisspannung/„Unwohlsein“). Wird das Bedürfnis befriedigt, entsteht Wohlbefinden (S.9).

Weiter führt er an, dass beim Menschen nebst dem biologischen Organismus und der psychischen „Innenwelt“ auch die physikalische, chemische, ökologische „Umwelt“ und die soziale, kulturelle „Mitwelt“ eine Rolle spielen. „Der Mensch lebt einerseits als biologisches und soziales Wesen und er muss andererseits ein Verhältnis zu seinem biologischen und sozialen Leben und zu sich selbst herstellen, er muss (...) sein Leben führen, seine Lebensverhältnisse (mit-)gestalten“ (S.7). Was bedingt, dass er in all diesen Feldern die anstehenden Bedürfnisse bestmöglich befriedigt, um zu Wohlbefinden zu gelangen (Anm. der Verf.), oder wie Michael Klassen (2008), (FH Innsbruck) es umgekehrt zusammenfasst, dass ein soziales Problem dann entsteht, „wenn ein Individuum sein(e) Bedürfnis(se) aus eigener Kraft oder aus der Kraft seines Umfeldes dauerhaft nicht zu befriedigen vermag“ (S.12). Dass z. B. Lebensqualität nicht alleine auf das Individuum und seine subjektive Wahrnehmung zugeschrieben werden kann, betont Sommerfeld (2016, S.19), indem er darauf hinweist, dass damit eine Komplexitätsreduktion stattfindet, „die sowohl die Interventionsmöglichkeiten, als auch die individuellen, (...) gesellschaftlichen, (...) wissenschaftlichen Reflexionsoptionen erheblich einschränkt“. Deshalb sieht Sommerfeld dies als problematisch. Weiter führt er an, dass „die Lebensqualität eines Individuums ein dynamisches, immer wieder herzustellendes (resultantes) Produkt zwischen organismischer Bedürfnisbefriedigung und soziokulturell geformter Lebensführung“ ist (S.19).

Das BPSBM findet durch seine ganzheitliche Anschauungsweise nicht allein in der SA Anwendung, sondern ebenso in der Medizin und im therapeutischen Bereich. Michael Harrer (2013), Facharzt für Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin, beschreibt z. B., dass sich viele Burnout-Betroffene an einem biomechanischen Menschenbild orientieren und deswegen den Körper wie eine Maschine sehen, die funktionieren muss, ansonsten mit Ersatzteilen und durch Reparatur wieder zum Laufen gebracht wird. Harrer betont, dass diesem Modell zwar viele medizinische Fortschritte zu verdanken

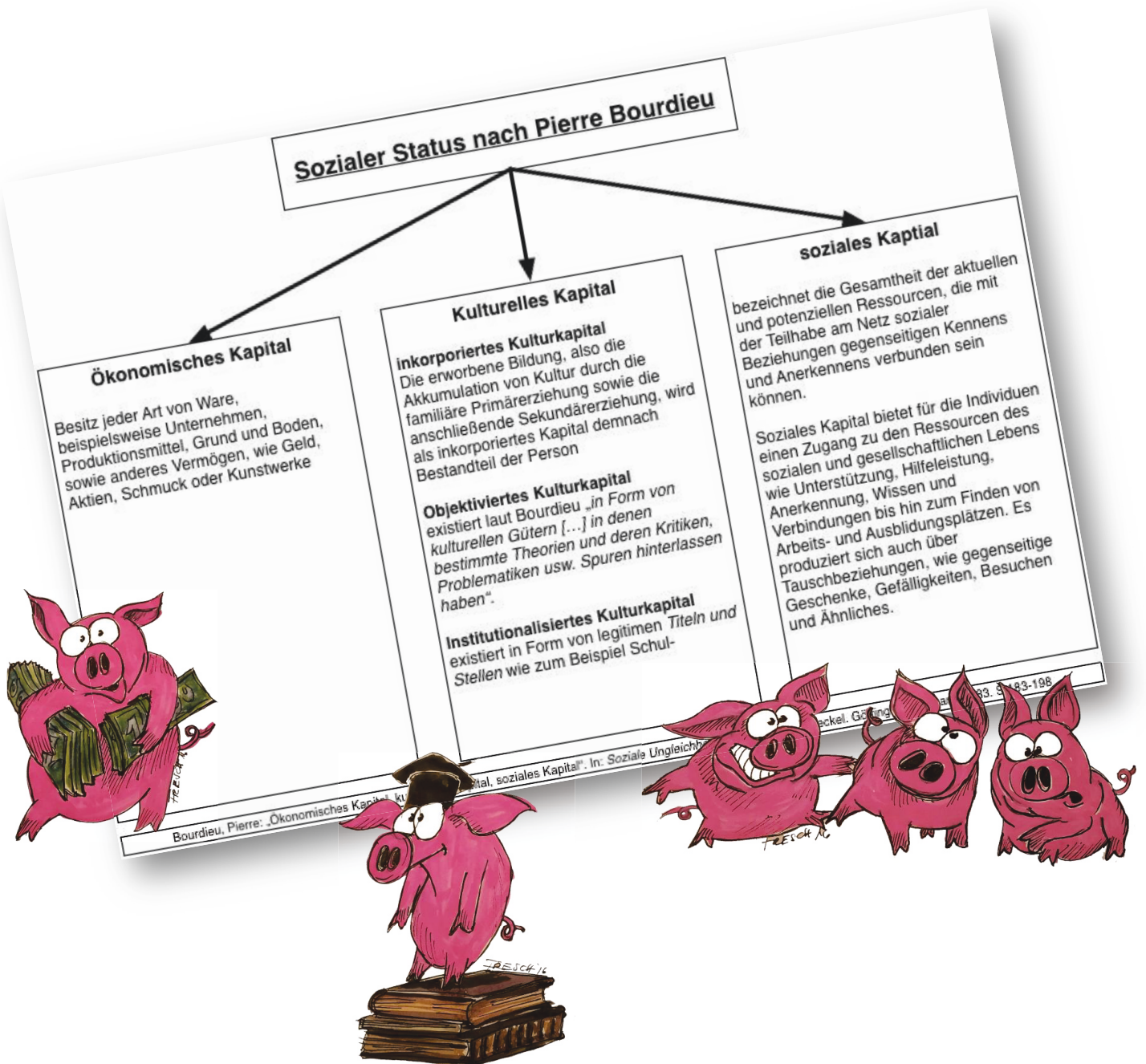


Abb.04 Sozialer Status nach Bourdieu im Artikel von Thomas Brandt (2014)

sind, es aber in etlichen Gebieten Grenzen hat. Er verweist deshalb auf die Erkenntnisse von George L. Engel, der 1977 das BPSM in ‚Science‘ beschrieben hat, nach dem „der Mensch eine leib-seelische Ganzheit, bei der körperliche und psychische Vorgänge untrennbar miteinander und mit den Beziehungen verbunden sind, in die jedes menschliche Wesen von Geburt an eingebettet ist“. So werden durch diesen umfassenden Blick auf den Menschen sowohl Probleme und Konflikte, als auch Fähigkeiten und Ressourcen gesehen (Harrer, 2013, Menschenbild).

Josef W. Egger (2005) formuliert aus der Sicht der psychologischen Medizin, dass das BPSBM „mittlerweile als die bedeutendste Theorie für die Beziehung zwischen Körper und Geist“ gilt (S.3). Er beschreibt zudem (was laut Autorin für die SA interessant ist), dass es „wegen der parallelen Verschaltung der Systemebenen nicht so bedeutsam ist, auf welcher Ebene oder an welchem Ort eine Störung generiert oder augenscheinlich wird“. Einzig, was der Schaden auf der jeweiligen Systemebene, resp. auch auf den unter- oder übergeordneten Systemen zu bewirken vermag (ebd.). Egger hält fest, dass das BPSBM das gegenwärtig kohärenteste, kompakteste und bedeutendste Theoriekonzept sei, „innerhalb dessen der Mensch in Gesundheit und Krankheit (Wohlbefinden/Unwohlsein, (Un)Glück; Anm. der Verf.) erklärbar und verstehbar wird“ (S.4).

Und da es in etlichen Teilbereichen zur Befriedigung der biopsychosozialen Bedürfnisse von Bedeutung ist, dass entsprechende finanzielle und materielle Ressourcen vorhanden sind, schliesst sich für die Autorin der Kreis z. B. auch zur Thematik Glück und Ökonomie.

## 2.6.2 Einflussfaktor soziale Ungleichheit, Inklusion/Exklusion

Die soziologische Ungleichheitsforschung untersucht Gründe sozialer Ungleichheit und deren Beständigkeit. Sie sucht Erklärungen und es geht ihr um die Folgen ungleicher Lebensbedingungen und -chancen, sowie um die Formen und Dimensionen sozialer Ungleichheit in (modernen) Gesellschaften (Berger & Schmidt, 2004; zit. in Peter Berger & Claudia Neu, 2007). Unterschieden wird in der Regel zwischen **institutionalisierten/strukturierten sozialen Ungleichheiten** (mehr oder minder vorteilhaften Lebens- und Handlungschancen), die Individuen, Gruppen oder auch ganze **physische Verschiedenartigkeiten** (Grösse, Geschlecht, Augenfarbe usw.) und **soziale Differenzierungen** (z. B. Beruf, Religion)(S.242). Sie weisen darauf hin, dass zwar individuelle Eigenschaften den Zugang zu vorteilhaften Positionen in der Gesellschaft begünstigen können, aber in der Regel sind die jeweiligen gesellschaftlichen, ökonomischen und politischen Strukturen und Institutionen, die Wertorientierungen und Ideologien entscheidend betreffend Beständigkeit und Rechtfertigung der sozialen Ungleichheiten (ebd.).

Die Gesundheitswissenschaftlerin Claudia Meier Magistretti (2016b) umschreibt soziale Ungleichheit als „Tatsache, dass wichtige soziale Güter, wie z. B. Wissen, Geld, Macht, Gesundheit oder auch Bildung, nicht für alle Mitglieder einer Gesellschaft oder Gruppe gleichermassen zugänglich sind“. Dies geschieht aufgrund bestimmter Merkmale (Alter, Geschlecht, Behinderung, soziale Herkunft usw.), die auslösen, dass Menschen bevorzugt oder diskriminiert werden (Modul 305, HSLU). Sie sind u. a. Faktoren für soziale Inklusion oder Exklusion, bestimmen dadurch den Grad an Wohlbefinden/

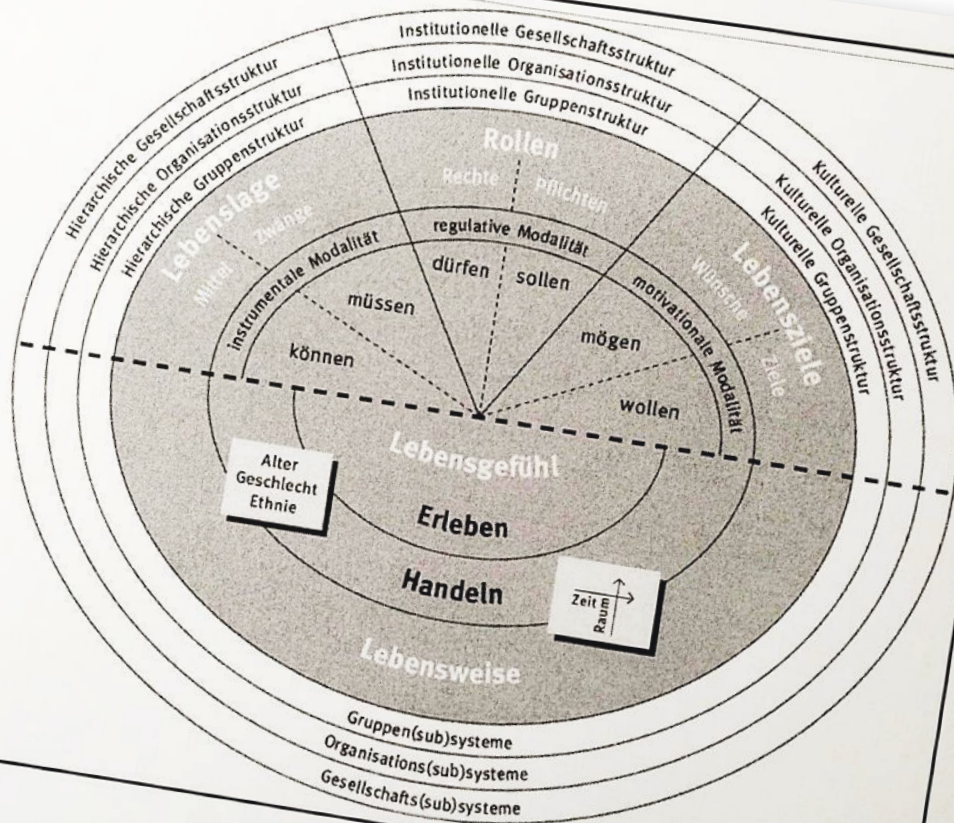
Glücklichkeit der Betroffenen und beeinflussen dadurch deren Gesundheit.

Folgen könnten laut Autorin Behinderung in der persönlichen Entfaltung sowie ein allgemein schlechter Gesundheitszustand aufgrund ungenügendem Einkommen – „working poor“, schlechter Ernährung und Wohnsituation, geringer gesundheitlicher Versorgung usw. sein. In diesem Fall leiden ganz direkt Faktoren, die u.a. für das Wohlbefinden zentral sind:

- Sozialkontakte können (Zeitmangel, fehlender finanzielle Mittel) oder wollen (Scham, wegen Armut, Arbeitslosigkeit, Suchtabhängigkeit) nicht wahrgenommen werden.
- Für Bildung oder Freizeit fehlen die erforderlichen Ressourcen (energetisch, finanziell und/oder zeitlich; Angebote sind oft kostenpflichtig).
- Anschluss an die Gesellschaft und Integration in diese kann erschwert sein, weil Zeit, Geld, Sprach- und andere Kenntnisse fehlen



# Gesellschaftsbild der Modalen Strukturierungstheorie



© Gregor Husi

Abb.05 Abbildung der Modalen Strukturierungstheorie von Gregor Husi (2010)

Dies alles hat laut Verfasserin einen direkten Einfluss auf den Lebensstandard, das soziale Netzwerk, den sozialen Status, aber auch auf die persönliche Identität. Möglicherweise sind ebenfalls die Sinnhaftigkeit, die Selbstwirksamkeit und der Kohärenzsinn (SOC; Kap. 2.7.4.1) nicht (mehr) vorhanden oder zumindest stark reduziert, was die Negativspirale u. U. verstärkt. Als bio-psycho-soziales Wesen (s. Kap. 2.7.1) ist der Mensch oft auf mehreren Ebenen und in mehreren Gebieten gleichzeitig betroffen. Auffallend auch hier die Parallelen zum Gesundheitsförderungs- und Präventionsthema.

Thomas Brandt (2014) zeigt anhand des „Sozialen Status nach Pierre Bourdieu“ die Komponenten, die die Soziale Ungleichheit der Menschen beeinflussen. Es ist gut vorstellbar, dass (zusammen mit den Resultaten aus der Glücksforschung betrachtet; s. Kap. 2.3, 2.5 und 2.6) ein Ungleichgewicht dieser Kapitalien zu einer Situation des Mangels oder der Exklusion aus einem System führen kann, auch wenn wie beschrieben die verschiedenen Kapitalien (unter Verlust) in die jeweils anderen umgetauscht werden können.

Gregor Husi (2010) stellt in den Ausführungen zur Modalen Strukturierungstheorie zusammenfassend fest, dass soziale Ungleichheit Verschiedenes umfasst: die hierarchische, kulturelle Vielfalt, institutionelle Normalität, die institutionelle Strukturierung und Differenzierung der Praxis und der Struktur. Dies in Gruppen, Organisationen und Gesellschaft(en) gleichermaßen. Diesbezüglich ist Gesellschaft der Inbegriff für Strukturen und Systeme im menschlichen Zusammenleben. Husi erklärt zudem, dass die Modale Strukturierungstheorie nicht nur Struktur und Praxis mit ihren vielen Facetten beschreibt, sondern sie legt auch dar, „wie Struktur und Praxis zusammenwirken und erklärt, wie aufgrund dessen menschliches Zusammenleben seine Gestalt erhält und individuelle und kollektive Lebensverhältnisse entstehen“ (S.118-119).

### 2.6.3 Der Capability Approach (CA)

Ein wichtiger gerechtigkeits-theoretischer Ansatz zur Analyse individuellen Wohlergehens, wie u.a. aus neueren Studienangeboten z. B. dem der Humboldt-Universität zu Berlin (2016) hervorgeht, ist der von Amartya Sen (Wirtschaftswissenschaftler, Philosoph und Nobelpreisträger) 1979 entwickelte Capability Approach (CA) oder Befähigungsansatz resp. Verwirklichungschancenansatz. Laut Ortrud Lessmann (Volkswirtschaftlerin; Forscherin und Spezialistin in der Anwendung des CA-Konzepts), ist dieser „ein zunehmend diskutierter Ansatz“ (ohne Datum). Lessmann beschreibt weiter, dass das Wohlergehen nach dem CA-Ansatz davon abhängt, was ein Mensch tut oder ist, seinen erreichten Funktionen (achieved functionings), und dem, was der Mensch zu tun oder zu sein in der Lage ist: seinen Verwirklichungschancen (capabilities).

Das Konzept des CA dient der Darstellung und Messung der individuellen und gesellschaftlichen Wohlfahrt, wozu mehrere Kerngrößen erfasst werden, nicht wie bis anhin in der Wohlfahrtsökonomie eindimensional nur die Einkommensgrösse. Der CA wurde von Martha Nussbaum (Philosophin und Professorin für Rechtswissenschaften und Ethik an der University of Chicago), die von 1986 bis 1993 eng mit Sen in einem Projekt der United Nations University zusammenarbeitete, erweitert. Nussbaum entwickelte einen eigenständigen Ansatz der Befähigungen. Dieser ist zum einen eng verwandt mit demjenigen von Sen, jedoch neu in der Begründung und wie er ausformuliert ist. Sie betont in ihrem Ansatz die Würde von Lebewesen, die Respekt und Achtung voraussetzt. Sie hat ein Verständnis von Würde, das über die rationale Ebene hinaus auch die emotionale und soziale Ebene betrachtet und möchte dies dadurch erreichen, dass grundlegende, verfassungsmässige Prinzipien philosophisch unterlegt werden, damit sie von allen Regierungen aller Nationen als ein reines Minimum dessen, was der Respekt der menschlichen Würde erfordert, respektiert und eingeführt werden. Auch ist Nussbaum entgegen Sen, der auf die vorhandenen individuellen Freiheiten als Befähigungen abstellt, der Überzeugung, „dass es aus der Analyse der Lebenssituation des Menschen heraus möglich ist, universell gültige Grundwerte zu beschreiben, die erforderlich sind, damit man ein gehaltvolles (flourishing) Leben führen kann“. Interessant ist auch die (nicht abschliessende) Liste von Grunderfahrungen und Grundbefähigungen

## 4 Dimensionen eines "guten Lebens" (nach Amartya Sen)

	gesellschaftliche Dimension	individuelle Dimension
Möglichkeitsdimension	<b>Well-being freedom (Freiheit zum Wohlbefinden)</b> bezeichnet die Freiheit bzw. Möglichkeit, Dinge zu erlangen, die für das eigene Wohlergehen konstitutiv sind	<b>Agency freedom (Freiheit zum Handeln)</b> bezeichnet die Fähigkeit oder Freiheit, sein eigenes Handeln auf für wertvoll erachtete Ziele auszurichten
Verwirklichungsdimension	<b>Well-being achievement (Erreichen von Wohlbefinden)</b> bezeichnet das tatsächliche Erlangen dieser Dinge	<b>Agency achievement (Vollbringung des Handelns)</b> bezeichnet das Erreichen solcher Umstände

(Grundlage: Hinrichs 2008, S. 56)

## Verwirklichungschancen

### Individuelle Potenziale

Einkommen

Güterausrüstung

Nichtfinanzielle Potenziale

Gesundheit / Krankheit  
Behinderungen  
Bildung  
etc.



### Gesellschaftlich bedingte Chancen / Instrumentelle Freiheiten

Soziale Chancen  
- Zugang zu Gesundheits- und Bildungssystem  
- Wohnraum etc.

Ökonomische Chancen  
- Zugang zu Arbeitsmarkt und Führungspositionen, Selbständigkeit

Sozialer Schutz  
- Soziale Sicherung  
- Schutz vor Gewalt und Kriminalität

Ökologische Sicherheit

Politische Chancen

Transparenzgarantien



bei Nussbaum (s. Anh.), die darauf Bezug nimmt, über welche Befähigungen ein Mensch verfügen muss, damit er in seinem Leben nicht eingeschränkt ist, folglich die Möglichkeiten für ein gelingendes Leben hat (Wikipedia, 2016).

Zentral beim CA ist, dass Wohlstand, Lebensqualität und Wohlbefinden/Glück, nicht allein am jeweiligen Lebensstandard gemessen werden, sondern ebenso an allgemeinen und individuellen Verwirklichungschancen und den damit einher gehenden Freiheiten, wie aus einer Powerpoint-Präsentation der Hochschule Bremen hervorgeht (ohne Datum). Weiter wird darauf hingewiesen, dass der CA das Streben nach individueller Entfaltung mit dem nach gesellschaftlichen Veränderungen verbindet. Interessant: auch hier der Hinweis auf einen Perspektivenwechsel weg von der Konzentration auf Probleme, Defizite usw. hin zu einer Verbesserung von Verwirklichungschancen – ähnlich wie beim salutogenen Ansatz von Antonovsky, der bezüglich Gesundheit der Menschen den Fokus auf Vorhandenes/Ressourcen und den Kohärenzsinn richtet. Beide Theorien entstammen dem Zeitgeist der 80er Jahre des vergangenen Jahrhunderts (Anm. der Autorin).

Eine zentrale Bedeutung hat beim CA der Begriff der Freiheit. Amartya Sen skizziert unter Zuhilfenahme verschiedener Freiheiten die „Vier Dimensionen eines guten Lebens“. Er setzt dazu das Individuum und die Gesellschaft in Bezug zu deren Möglichkeiten und Verwirklichung.

Der Blog für Philosophie, Politik und Kultur Paideia (2012) setzt sich mit dem CA und Sen auseinander. Es wird darauf hingewiesen, dass Freiheit im Sinne von Selbstbestimmung, nicht primär an der tatsächlichen materiellen Lebensführung gemessen, einen fundamentalen Aspekt von Lebensqualität darstellt. „Der Schwerpunkt liegt also auf der tatsächlichen Freiheit einer Person, dieses oder jenes zu tun, Dinge die ihr wichtig sind“, wird erklärt, um dann zu konkretisieren, dass es bei Sen zwei Formen von Freiheit gibt: passive Freiheit (Abwesenheit von Hindernissen) und aktive Freiheit (Möglichkeit, nach eigenen Wünschen zu handeln). Dass Sen eine Gesellschaft als umso gerechter einstuft, je mehr Mitglieder in ihr über Befähigungs- resp. Verwirklichungschancen verfügen, wird dabei unterstrichen. Laut Paideia konzentriert sich der CA auf das Leben, das Menschen wirklich führen können und nicht allein auf ihre Ressourcen. Dort kommen die instrumentellen Funktionen (gemäß Sen: politische Freiheiten, ökonomische Institutionen, soziale Chancen, Transparenzgarantien und soziale Sicherheit) der Freiheit zum Zug, indem sie den Menschen als Mittel dienen, das Ziel der Freiheit, die Verwirklichungschancen, sicher zu stellen.

Die konstitutive (grundsätzliche) Freiheit hängt vom Umfang der instrumentellen Freiheiten ab und Sen zeigt (Wikipedia, 2016), dass Wechselwirkung und Komplementaritäten zwischen den instrumentellen Freiheiten bestehen. Das Einkommen ist zwar ein grundlegender Faktor für Wohlstand und somit für die Verwirklichungschancen, aber andere Faktoren sind ebenfalls wichtig. Deshalb auch die Feststellung, dass Grundbedürfnisse in Form von Güterbedarf nur instrumentell und nicht aus sich heraus (intrinsisch) von Bedeutung sind. Laut Sen liegt „der Wert des Lebensstandards in einer bestimmten Art zu leben und nicht im Besitz von Gütern“. Ebenfalls wichtig sind in dem Zusammenhang die Begriffe ‚Functioning‘ (Fähigkeit) und ‚Capability‘ (Verwirklichungschance). Diesbezüglich wird Sen zitiert mit: „Eine Fähigkeit (functioning) ist etwas Erreichtes, während eine Verwirklichungschance (capability) das Vermögen ist, etwas zu erreichen. Fähigkeiten sind (...) enger mit den Lebensbedingungen verknüpft. Verwirklichungschancen sind hingegen Begriffe von Freiheit in dem positiven Sinn: welche Möglichkeiten man zu dem Leben hat, das man führen möchte“. Die Grafik (HS Bremen, S. 34) zeigt auf, wie Verwirklichungschancen eine gelingende Lebensentfaltung mitbestimmen und als wichtiger Faktor dazu beitragen.

Ortrud Lessmann (ohne Datum) führt dazu aus, dass „all jene Lebensweisen, die für eine Person aufgrund sowohl der materiellen Bedingungen wie auch ihrer persönlichen Eigenschaften erreichbar sind, Elemente ihrer Menge an Verwirklichungschance (capability-set) darstellen“. Sie führt dann weiter unten an, dass das Wohlergehen einer Person von der erreichten Lebensweise und von der Freiheit, sich für eine Lebensweise entscheiden zu können, abhängt.

Abb.08 HS Bremen (ohne Datum)

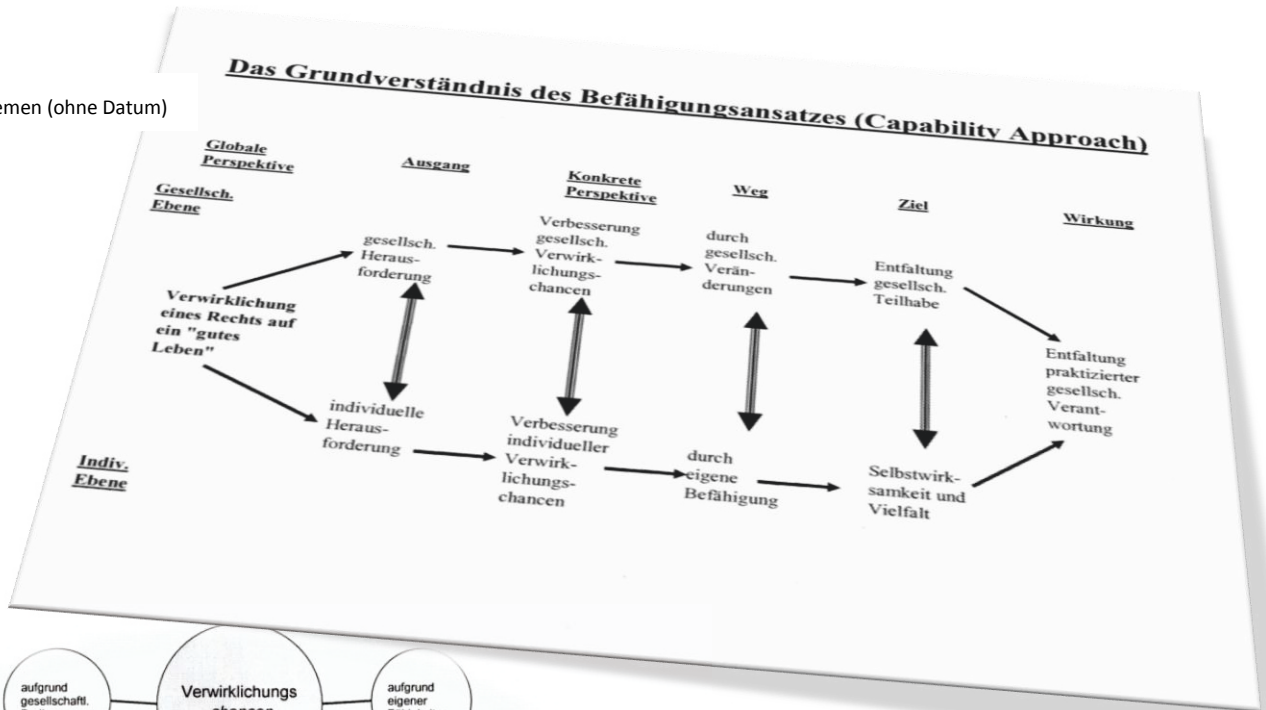


Abb.09 HS Bremen (ohne Datum)

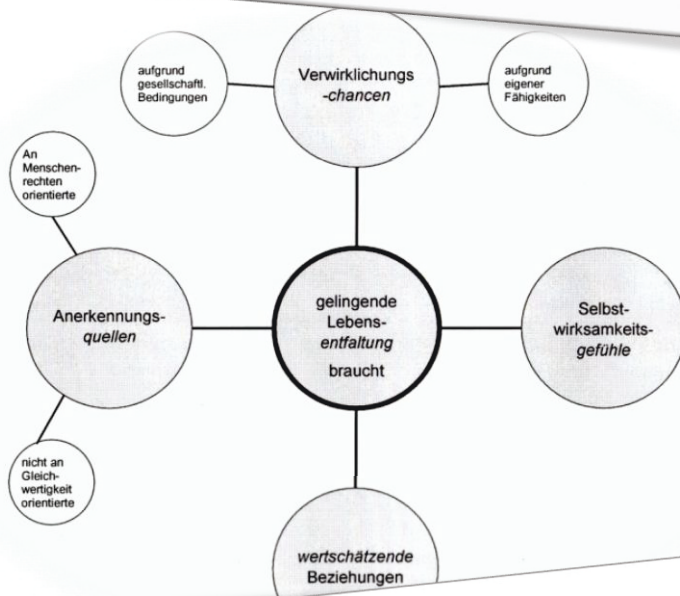
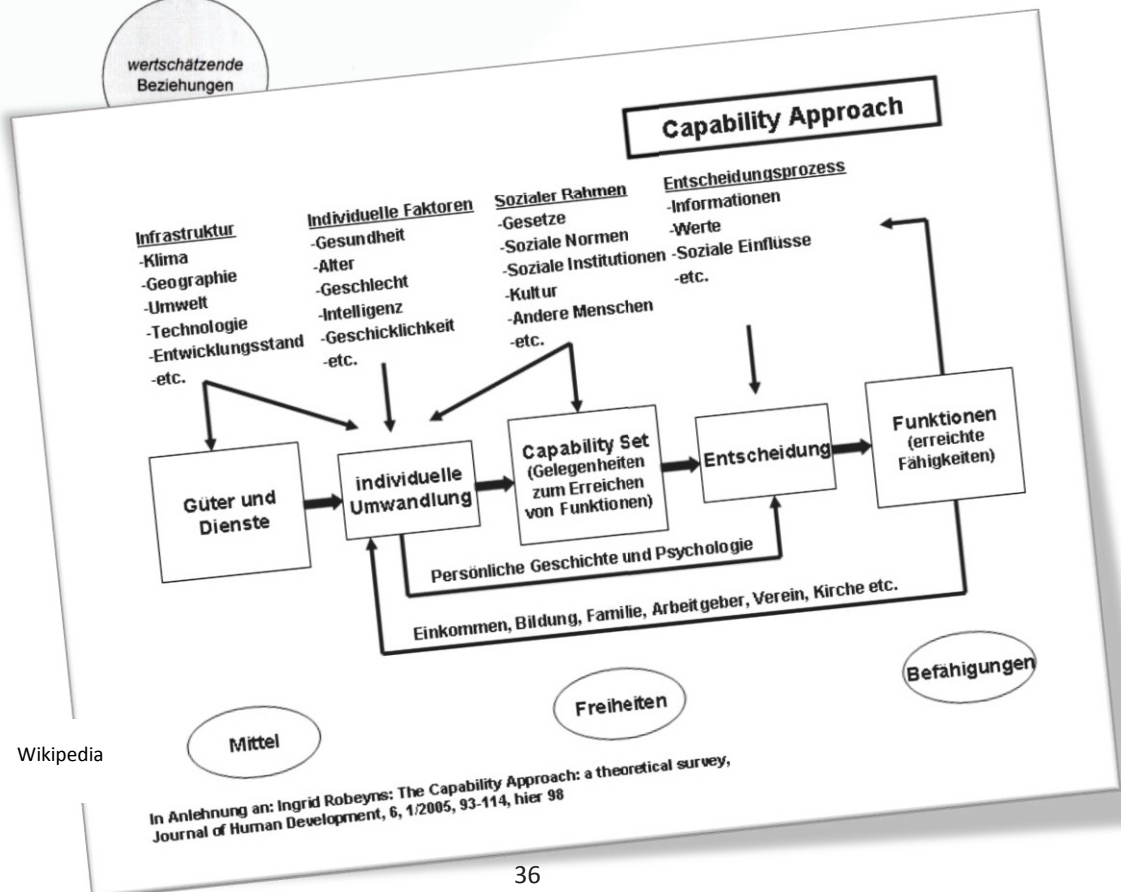


Abb.10 Luha, Wikipedia (2009,2012)



Im Rahmen dieser Arbeit erweist sich die Beschreibung des CA auf der Website von [www.meer-teilhabe.de](http://www.meer-teilhabe.de) als sehr aussagekräftig. Meer-Teilhabe.de (2014) befasst sich u.a. mit einer Lebensweltanalyse zur Überarbeitung von Jugendzentrumskonzeptionen im Raum Saarbrücken. Dabei stützen sie sich auf den CA als Grundannahme, da dieser die Teilhabemöglichkeiten von Menschen beschreibt unter dem Vorzeichen der Sicherung von Lebensqualität durch die Verteilung von Gütern. Die AutorInnen führen an, dass laut Sen der anzustrebende Idealzustand in der Verfolgung selbstgesetzter Ziele, also der Freiheit jedes Menschen, sein Leben selbstbestimmt zu führen, bestehe und dass es dazu Güter brauche (materielle und andere Güter wie z. B. Bildung oder familiärer Hintergrund). Da diese Güter nicht von allen Menschen in gleicher Weise genutzt werden können, stellt sich die Frage nach den dafür verantwortlichen Faktoren. Diese können vom Individuum ausgehen (internal sein, d.h. Geschlecht, Ethnie, Talente, Einstellung, Gesundheit usw. betreffen), oder von aussen (external): zum einen Umweltpotenziale z. B. geografische Lage, vorherrschendes Klima, Vorhandensein von Strassen, Gebäuden und Infrastruktur – zum andern durch die sozialen Potenziale, also die durch die Gesellschaft, (in der man lebt – Werte, Normen, Gesetze, soziale Kontakte, Zugang zu Bildungs- und Gesundheitssystem sowie zum Arbeitsmarkt) vorgegeben sein. Diese Faktoren bilden die Umwandlungsfähigkeit, sprich: die individuellen Möglichkeiten zur Nutzung der vorhandenen Ressourcen. Aus den vorhandenen Gütern, den internalen, umweltlichen und sozialen Potenzialen, bildet sich unter Berücksichtigung der Umwandlungsfähigkeiten, das Capability Set, also die Gesamtheit aller Capabilities. Es handelt sich um Möglichkeiten im Sinne einer realen Auswahl von Handlungsalternativen, die dem Individuum zur Verfügung stehen und aus denen es seinen eigenen Interessen und Vorstellungen nach frei wählen kann, um seine dem Wohlergehen zuträgliche Lebensweise zu konzipieren.

Nach Sen und Nussbaum muss diese Sicherung eines genügend grossen Capability Sets für jeden Menschen die zentrale Aufgabe von allen Staaten und Gesellschaften sein. Diesbezüglich steht nicht die Gleichverteilung von Gütern im Vordergrund, sondern die Gewährleistung, dass jeder Mensch seinen Lebensweg ohne vermeidbare Beeinträchtigung frei wählen kann. Wichtig am CA-Modell ist zudem, dass sich eine Vielzahl an Wechselwirkungen zwischen den verschiedenen Ebenen ergeben und diese einander beeinflussen (ebd.).

Die Autorin sieht an verschiedenen Stellen dieses Modells/Ansatzes Chancen für die SKA, Einfluss auf eine positive Entwicklung/ Stärkung der Menschen im Sinne von Unterstützung auf dem Weg/ der Befähigung zu Entscheidungen für das eigene Leben und Wohlbefinden zu nehmen. Partizipation, Empowerment und Ressourcenorientierung beeinflussen unter Umständen sehr direkt den ‚Sozialen Rahmen‘ (andere Menschen, Kultur,...) und auch den ‚Entscheidungsprozess‘ (Information, Soziale Einflüsse, Werte,...). Auch nehmen individuelle Faktoren Einfluss auf Entscheidungen – möglicherweise Richtung Wohlbefinden und Glück – was sich in politischen Vorstössen zu gesellschaftlichem Wandel und somit Beeinflussung der Umwelt niederschlagen kann.

Da es sich beim CA um einen komplexen Ansatz mit Varianten handelt und zudem betont wird, dass der CA kein starrer Ansatz ist, sondern sich weiterentwickeln soll, muss die Autorin davon absehen, im Rahmen dieser Arbeit detaillierter darauf einzugehen.

#### 2.6.4 Gesundheit, Gesundheitsförderung und Prävention

Neuere Definitionen von Gesundheit orientieren sich heute in der Regel an einem salutogenetischen Modell, wie es in der Ottawa-Charta (WHO, 1986) der Fall ist. Danach geht man nicht mehr von einem biomechanischen Verständnis von Gesundheit aus, das die Körperfunktionen (ähnlich einer Maschine) in „funktionstüchtig“ oder „defekt“ einteilt, sondern begreift Gesundheit als einen Zustand zwischen zwei Polen (Gesundheit-Krankheits-Kontinuum), der von etlichen Einflussfaktoren abhängig ist.

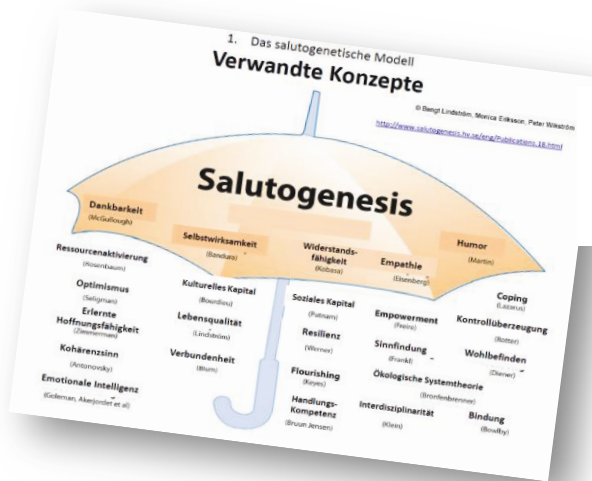


Abb.11 Das salutogenetische Modell - Verwandte Konzepte.

Claudia Meier Magistretti (2016).

Unveröffentlichtes Unterrichtskript M305. (s. S.18)

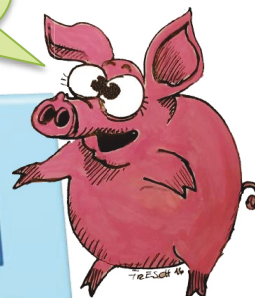
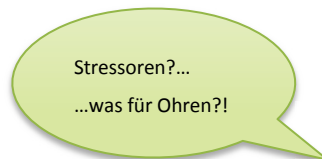


Abb.12 Grafik GWR.

Claudia Meier Magistretti (2016).

Adaptierte Darstellung der Autorin.

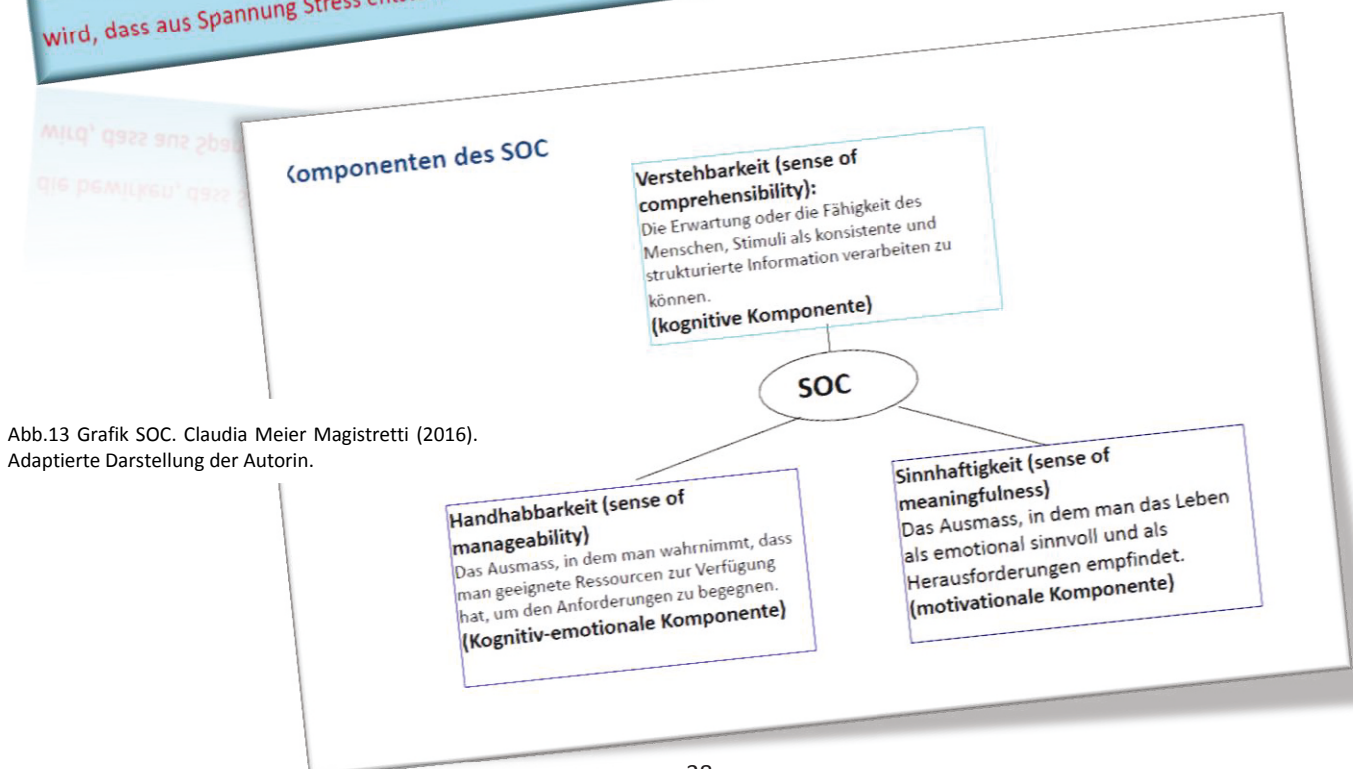


Abb.13 Grafik SOC. Claudia Meier Magistretti (2016).

Adaptierte Darstellung der Autorin.



**Gesundheitsförderung in der Ottawa-Charta (WHO, 1986)**

- *Gesundheitsförderung zielt auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Mass an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen.*
- *Um ein umfassendes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden zu erlangen, ist es notwendig, dass sowohl einzelne als auch Gruppen ihre Bedürfnisse befriedigen, ihre Wünsche und Hoffnungen wahrnehmen und verwirklichen sowie ihre Umwelt meistern bzw. verändern können.*

Laut Claudia Meier Magistretti (2016a) geht die **Gesundheitsförderung (GF)** vom salutogenetischen Modell aus, das sich auf die (gesellschaftlichen, materiellen, sozialen oder psychologischen) Ressourcen (Generalisierte Widerstandsressourcen) und den Kohärenzsinn (Sense of Coherence, SOC) der Menschen zur Bewältigung von inneren oder äusseren Anforderungen im Alltag (Stressoren) in der natürlichen Unordnung der Systeme bzw. des Lebens (Heterostase) konzentriert. Dieses Modell der Salutogenese von 1984 geht auf den Medizinsoziologen Aaron Antonovsky zurück, der bei der Untersuchung des psychosozialen Wohlbefindens von Frauen (mit/ohne KZ-Erfahrung) in der Menopause auf erstaunliche Tatsachen stiess und daraufhin das Modell der Salutogenese formulierte. Das Hauptaugenmerk in der Gesundheitsförderung ist entsprechend darauf gerichtet, was einen gesund erhält (Modul 305, PPP vom 12.10.2016).

„Durch die Veränderung der Arbeits-, Umwelt- und Lebensbedingungen sowie des individuellen Verhaltens sollen bessere Bedingungen für gesundes Leben geschaffen werden. Dabei ist die aktive Beteiligung (Partizipation) der Individuen und Gruppen in ihren Lebenswelten essentiell, um nachhaltige Befähigung zu selbstbestimmtem Handeln zu ermöglichen“ (<https://de.wikipedia.org/wiki/Gesundheitsf%C3%B6rderung>, 2016).

Weiter wird gesagt, dass obschon GF und **Prävention (Präv.)** einen Gesundheitsgewinn erzielen wollen, unterscheiden sie sich durch die verschiedenen Fokusse (GF: Stärkung der Ressourcen; Präv.: Zurückdrängen der Krankheitslast / Risikofaktoren). Beide Interventionsformen ergänzen einander. Je nach Ausgangslage ist die eine oder die andere angemessen und erfolgsversprechend.

**2.6.4.1 Stressoren, Ressourcen, GWR und SOC**

Damit Individuen, Gruppen, Kulturen und Gesellschaften gesund bleiben, müssen sie im salutogenetischen Verständnis den

**Stressoren**

= Von innen oder aussen kommende Anforderungen an den Organismus, die sein Gleichgewicht stören und die zur Wiederherstellung des Gleichgewichts eine nicht-automatische und nicht unmittelbar verfügbare, Energie verbrauchende Handlung erfordern (Antonovsky, 1984; zit. in Meier Magistretti, 2016a).

etwas entgegen zu setzen haben. Dies sind die

**Generalisierten Widerstandsressourcen (GWR)**

= Gesellschaftliche, materielle, soziale, und psychologische Ressourcen (z. B. Abwesenheit von Krieg, Gewalt und Willkür, ausreichende Nahrung, Wohnung usw.)(Meier Magistretti, 2016a).

Sie bilden die Grundlage für den

**Kohärenzsinn (SOC).**

= eine globale Orientierung, die das Ausmass ausdrückt, in dem jemand ein durchdringendes, überdauerndes und dennoch dynamisches Gefühl des Vertrauens hat, dass

1. die Anforderungen aus der internalen und externalen Umwelt im Verlauf des Lebens strukturiert, vorhersehbar und erklärbar sind,
2. Ressourcen verfügbar sind, die nötig sind, um den Anforderungen gerecht zu werden,

### 3. The sense FOR coherence: Salutogenese in der Praxis

Merkmale der Arbeitstätigkeit mit förderlicher Wirkung auf das Kohärenzgefühl (SOC), Udriis 2006

Verstehbarkeit	Handhabbarkeit	Sinnhaftigkeit
Transparenz	Partizipationsmöglichkeiten	Abwechslung
Informations- und Kommunikationsmöglichkeiten	Tätigkeitsspielraum (Entscheidungs- Kontroll- und Gestaltungsmöglichkeiten)	Anforderungsvielfalt
Ganzheitlichkeit der Aufgaben	Rückmeldung (Feedback)	Lernmöglichkeiten
	Zeitliche Spielräume	Entwicklungsperspektiven
	Kooperationsmöglichkeiten	Sinnhaftigkeit der Arbeit
	Soziale Unterstützung	

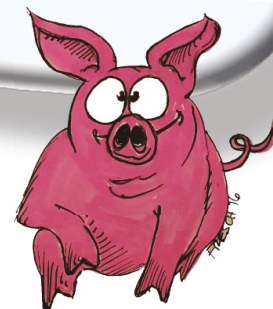


Abb.14 Grafik SOC in der Praxis. Nach Claudia Meier Magistretti (2016).  
Adaptierte Darstellung der Autorin.

3. diese Anforderungen Herausforderungen sind, die Investitionen und Engagement verdienen (Antonovsky, 1993, S.12; zit. in Meier Magistretti, 2016a).

Interessant ist, dass der SOC ein lebenslanger reflexiver und interaktiver Lernprozess an den eigenen Lebenserfahrungen ist. Interaktiv deshalb auch, aufgrund folgender Feststellung:  
„Der SOC bildet sich im Zusammenwirken von Individuum, Gruppe und Gesellschaft, steht aber enger im Zusammenhang mit psychischen und emotionalen Faktoren als mit sozioökonomischen Determinanten“ (Bengt Lindström, 2012; zit. in Meier Magistretti, 2016a).  
Die Autorin sieht in den Zusammenhängen eine nahe Verwandtschaft von Gesundheitsförderung, Positiver Psychologie und Glücksförderung. Durch die Absicht zur Befähigung von Individuen und Gruppen, wie sie in der Ottawa-Charta beschrieben ist, rückt dieses Gebiet nahe an die SKA, die durch ihre Vernetzungs- und Integrationsfunktion gesundheitsfördernde Anteile aufweist. Je mehr jemand auf dem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum Richtung Gesundheit rückt, umso günstiger sind in der Regel die positiven Gesamtfaktoren, die auch durch die SKA unterstützt werden, was folglich glücklicher machen müsste.

#### 2.6.4.2 Schutz- und Belastungsfaktoren

Währenddem in der GF die GWR und der SOC eine zentrale Rolle spielen, rücken im Umfeld der Prävention Schutzfaktoren und Belastungsfaktoren in den Fokus des Interesses.

Martin Hafen (2013) beschreibt ebenfalls die Gleichzeitigkeit von Gesundheit und Krankheit als Teile eines Ganzen („Gesundheit und Krankheit(en) (...) nicht isoliert, sondern als Unterscheidung (Gesundheit/Krankheit) zu beobachten, deren beide Seiten sich nicht ausschliessen, sondern sich wechselseitig bedingen“) und fährt fort mit der Feststellung, dass nach seinen bisherigen Ausführungen (bezüglich systemischer Prävention; Anm. der Verf.), Gesundheit als Einheit der Differenz von Gesundheit und Krankheit beschrieben werden kann (S.124).

Weiter führt Hafen aus, dass die beiden Seiten der Differenz nicht gleichzeitig beobachtet werden können. Er hält fest, dass die Gesundheit ihre Beobachtung ist, „wobei der Fokus dieser Beobachtung abwechselnd auf Symptome der Gesundheitsseite und Krankheitsseite gerichtet werden kann“ (S.125).

Hafen folgert daraus, dass diese Beobachtung der Gesundheit aus der verfolgten Perspektive weder absolut subjektiv noch absolut objektiv, sondern bloss tendenziell in eine Richtung geht. Dazu führt er die gegenseitige Beeinflussung durch die verschiedenen Systeme (z. B. subjektive Einschätzung wird beeinflusst durch die Wissenschaft und die Medizin) an (S.125). Das Auftreten von Krankheit wird durch Faktoren beeinflusst, die die Wahrscheinlichkeit einer Erkrankung erhöhen (Belastungsfaktoren). Diejenigen Faktoren, die die Wahrscheinlichkeit einer Erkrankung verringern, nennt er Schutzfaktoren.

Hafen schliesst auch nicht aus, dass je nach Fokus ein Belastungsfaktor zum Schutzfaktor (und umgekehrt) werden kann (S.126). Er kommt zur Feststellung, dass als übergeordneter Begriff, zum Beschreiben dieser Einheit der Differenz von Belastungs- und Schutzfaktoren, der Begriff **Einflussfaktoren** benutzt wird (S.127). Er weist etwas weiter unten auf die Wirkungsweise der pathogenen (tendenziell krankheitserzeugenden) Belastungsfaktoren hin, die aktiv die Gesundheit beeinflussen, währenddem die Schutzfaktoren bloss den Einfluss der Belastungsfaktoren reduzieren, also nicht aktiv auf die Gesundheit wirken und schlägt ausserdem vor, die Vielfalt des Auftretens von Einflussfaktoren aufgrund der Systemtheorie in vier verschiedene Klassifizierungsebenen einzuteilen: die körperliche, die psychische, die soziale und die physikalisch-materielle Ebene (ebd.).

Die Arbeitsprinzipien Empowerment, Ressourcenorientierung und Partizipation haben laut Autorin eher einen salutogenetischen Ansatz. Belastungsfaktoren/Stressoren, da sie Teile des gesamten Kontinuums ‚Krankheit/Unglück bis Gesundheit/Glück‘ bilden, sollten aber keinesfalls ausser Acht gelassen werden, da die vier Klassifizierungsebenen für Einflussfaktoren in der Praxis gute Grundlagen sind, was die Verortung von Interventionen anbelangt.

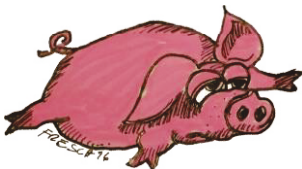


Abb.15 Befindlichkeits-Kontinuum

Angelehnt an das Gesundheits-Krankheits-Kontinuum nach Antonovsky

(Eigeninterpretation, eigene Darstellung)



### 2.6.5 Glücksdefinition für diese Arbeit

Der Glücksbegriff dieser Arbeit basiert auf dem Befähigungsansatz von Sen und Nussbaum (Kap. 2.7.3), dem bio-psycho-sozialen Bedürfnismodell (Kap. 2.7.1) und orientiert sich zudem an der Salutogenese (Antonovsky), die von einem Kontinuum zwischen zwei Polen ausgeht und den Kohärenzsinn als zentrale Voraussetzung für Gesundheit betrachtet. Ebenfalls mitformend für die Definition von Glück in dieser Arbeit ist die Gesundheitsdefinition der Ottawa Charta (1986), die Gesundheit als positives Konzept körperlicher, sozialer und individueller Ressourcen sieht, und sie fordert Verantwortungsübernahme nebst dem Gesundheitssektor vor allem durch die Politik zwecks Entwicklung über eine gesündere Lebensweise hin zu umfassendem Wohlbefinden.

Zusammengefasst lässt sich der hier verwendete Glücksbegriff am ehesten mit *gesundheitsförderndem Wohlbefinden im Leben aufgrund realisierbarer, sinnstiftender und selbstbestimmter Entfaltungsmöglichkeiten* umschreiben (eigene Definition).

Die Arbeit befasst sich **nicht** mit Glück im Sinne von momentanem Zufallsglück (Fortuna, Glück=Schicksal; z. B. Lottogewinn).

## 3 SOZIOKULTURELLE ANIMATION (SKA)

Wenn Jean-Claude Gillet (1998) die Animatoren und Animatorinnen als mögliche Profis der sozialen Beziehung sieht (S.27), oder die SKA andernorts als Schlachtfeld, wo sich die sozialen Kräfte gegenüberstehen (S.54), schildert, oder dann von illusionsblinden Profis, die ihre Abhängigkeiten, Grenzen und Entfremdung nicht sehen (S.56), spricht, taucht er mit uns ein ins vielfältige Universum der SKA.

Weniger theatralisch tönt die Definition bei Ulrike Grimm (2014), die Folgendes festhält: „Animieren heisst dort ansetzen, wo die Ressourcen vorhanden, die Vorstellungen aber noch vage formuliert und die Bedürfnisse noch kaum formuliert sind“ (S.4). Dies führt zur dritten Fragestellung:

*3 - Wodurch lässt sich feststellen/ begründen, ob es Aufgabe der SKA ist, Menschen zum Glück(l)ich(er)werden zu begleiten?*

### 3.1 Herkunft und Entwicklung

Heinz Wettstein (2010) versucht der vielschichtigen Geschichte der SKA nachzuspüren und stellt fest, dass ihre Geschichte eng mit der gesamten Entwicklung der SA verknüpft ist, besonders der Gemeinwesenarbeit (GWA) (S.16). Er zeigt auf, dass die SKA auch unter anderen Titeln lief, etwa der „éducation populaire“, die v.a. in den lateinischsprachigen Teilen der Welt vor sich ging. Laut Wettstein entstand die Bezeichnung „Animation“ (sozial, kulturell) in Frankreich und bürgerte sich dort zwischen 1950 und 1965 allmählich ein. In Frankreich konstituierte sich die Animation aus diversen Teilen: Wichtig war die Entwicklung der „éducation populaire“, die aufgrund der vorwiegend kulturellen, erzieherischen Unterschiede z. B. zwischen Stadt und Land zu einem wichtigen Thema wurde. Auch wurden Organisationen der Arbeiterbewegung aktiv, um Selbstständigkeit und –organisation der Arbeiterschaft zu stärken (S.17).

Weiter zählt Wettstein die Jugendorganisationen, die Entwicklung rund um die Volksfrontregierung in den 1930ern und die Entwicklung der „maisons de la culture“ in den 1950er Jahren sowie die „cen-



tres de l'éducation“ und die „centres sociales“ dazu (Wettstein, 2010, S.18-20). In den 1960ern haftete den Begriffen „animation“ und „animateur“ ein Hauch Anarchie an. Es war die Zeit des Aufbruchs, der Bewegtheit und Beweglichkeit (S.21). Und mit der 1968er-Bewegung tauchte der Animationsbegriff auch in der deutschen Schweiz (wie auch bereits in der französischen Schweiz, Lateinamerika, den Niederlanden usw.) auf, zuerst vor allem im Zusammenhang mit der Jugendarbeit (S.24).

Heute steht SKA laut Hanspeter Hongler (2004) für Intervention und Einmischung, sie beteiligt sich und regt an, erleichtert, erforscht, unterstützt, und sie vermittelt (S.51).

### 3.2 Ethik, Recht und Menschenbild der SKA

Als Teilgebiet der Sozialen Arbeit beruft sich auch die SKA auf folgende ethischen und rechtlichen Grundlagen. Die Autorin hat die von ihr als relevant für die SKA eingeschätzten herausgegriffen:

*(Teilauszüge zum Thema Glück durch Autorin)*

#### ➔ Menschenrechte

*(1948)*

**Alle sind gleich an Würde und Rechten**

Recht auf **Leben, Freiheit, Sicherheit, unentgeltliche Bildung, soziale Sicherheit, freie Entwicklung seiner Persönlichkeit**, Lebensstandard, der **Gesundheit und Wohl** gewährleistet, **volle Entfaltung der menschlichen Persönlichkeit, Bildung ausgerichtet auf Stärkung der Achtung vor den Menschenrechten und Grundfreiheiten, Verständnis, Toleranz und Freundschaft**

#### ➔ IFSW (International Federation of Social Workers)

**Definition Soziale Arbeit** (2004)

„Die Profession Soziale Arbeit fördert den **sozialen Wandel**, Problemlösungen in menschlichen Beziehungen sowie die **Ermächtigung und Befreiung von Menschen, um ihr Wohlbefinden zu heben** (...)“.

Übersetzung und Kommentar von Avenir Social:

...**von** primär auf Individuen bezogene psychosoziale Vorgehensweisen **bis hin** zur Beteiligung am sozialpolitischen Diskurs, der Sozialplanung und der Gemeinwesenentwicklung“

(von Mikro-, Meso- bis Makroebene; Anm. der Autorin)

*...Wege für die Chance erschliessen, Potenzial entwickeln, Leben bereichern, sozialer Behinderung vorbeugen*

*...Förderung individueller/kollektiver Handlungsfähigkeit*

*...Fähigkeit Einwirkungen auf ihr Sein und somato-psycho-sozialen Faktoren betroffen zu sein und sie beeinflussen zu können.*

#### ➔ Berufskodex der Professionellen Sozialer Arbeit (2010)

**Leitidee und Menschenbild der Sozialen Arbeit**

*Der Berufskodex (BK) verweist darin auf die Wichtigkeit von Bedürfnisbefriedigung wie Integration in ein soziales Umfeld, Teilnahme und Teilhabe an der Gesellschaft, sowie einiger der dazu notwendigen Voraussetzungen. (Anm. der Autorin)*

**Ziele und Verpflichtungen der Sozialen Arbeit**

*Hier werden sowohl die Begegnung auf Augenhöhe wie auch das empowernde, ermutigende und Ressourcen fördernde Vorgehen angesprochen. Zentral auch in diesem Absatz: die Unabhängigkeit, die es anzustreben gilt – dies ist mit der Ermächtigung der Menschen andernorts wiederholt beschrieben. (Anm. der Autorin)*



Abb.16 Blumenkonfiguration der SKA (Spierts, 1998, S.76)

Weitere wichtige Punkte sind das **Tripel Mandat**

Hilfs- oder Kontrollposition gegenüber Gesellschaft/Arbeitgeber  
Mandat den nutzenden Menschen gegenüber  
Profession/Menschenrechten gegenüber verpflichtet.

**Selbstbestimmung „im Hinblick auf ihr Wohlbefinden“**

*Primäre Zielsetzung der Sozialen Arbeit ist ermutigend, wertschätzend intervenierend, unterstützend, fördernd eigenständige und handlungsfähige Menschen, die ihren Weg selbstverantwortlich gehen und die Gesellschaft mitgestalten, aufbauend zu begleiten. (Anm. der Autorin)*

## → Grundrechte der Schweiz

*Bereits in der Präambel der Schweizerische Bundesverfassung stehen zentrale Begriffe, die in engen Zusammenhang mit dem Berufskodex der SA stehen. Genauso sind sie aber auch empirisch bewiesene Grundlagen des Glück der Menschen (Frieden, Freiheit, Demokratie, Unabhängigkeit, Menschenwürde, Bildung, Gesundheit, Solidarität, soziale-kulturelle-politische Integration)*

### **Zusammenfassung**

*Die Soziale Arbeit stützt sich insgesamt gesehen in ihren ethischen und rechtlichen Grundlagen auf „glücksfördernde“ Gesetzestexte und Abkommen und sie unterstützt ein Menschenbild der demokratischen Freiheit, Selbstständigkeit, Entfaltung und Solidarität, nahe dem Bio-psycho-sozialen Bedürfnismodell (Kap. 2.7.1) und dem Capability Approach (Kap. 2.7.3). (Anm. der Autorin)*

## **3.3 Auftrag, Aufgaben und Arbeitsfelder der SKA**

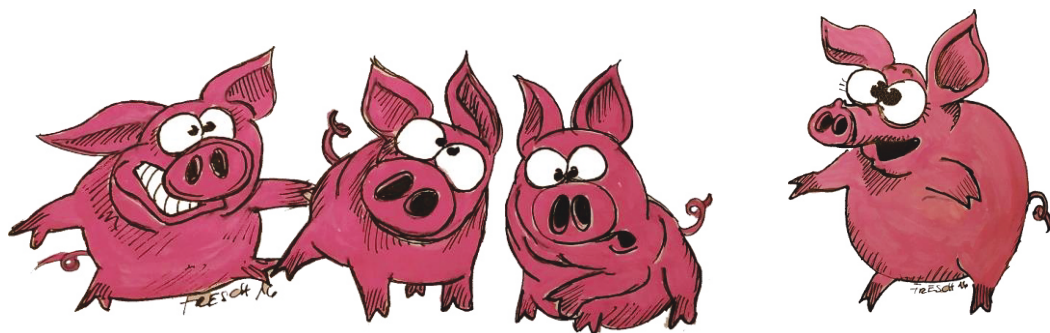
Die SKA ist auf die Arbeit mit Gruppen im freiwilligen Setting spezialisiert und laut Wandeler (2010) stellt sie die Aktivierung der jeweiligen Zielgruppe ins Zentrum ihres Wirkens (S. 7), dies im Freizeitbereich (Jugendhäuser, Quartierzentren, Projektarbeit im Quartier) oder Lebensraum (Quartierentwicklung, peergroupbezogene Projekte).

„Es geht um das Initiieren oder Beibehalten von demokratische Prozessen. Diese Grundlagen sollen Fachpersonen unterstützen, ihre Arbeit fachlich fundiert, wirkungsvoll und innovativ gestalten“ (S. 6). Er führt an, dass die Gesellschaft von heute, viele Anpassungsleistungen und Neuorientierungen zu bewältigen hat, um dem gesellschaftlichen Wandel gewachsen zu sein. Durch ihre Arbeit versucht die SKA, die diversen Gruppen zu gesellschaftlicher Teilhabe und Teilnahme zu aktivieren, dies durch Interventionen in Bildung, Sozialem, Politik und Kultur (S. 7).

Die SKA nimmt verschiedene Aufgaben wahr: Integration, Begegnungsräume schaffen, unterstützt mit Arbeitsprinzipien P-E-R Selbstverantwortung und Selbstständigkeit der Menschen bei der Lebensraumgestaltung und deren Selbstentfaltung. Mit anderen Worten: die SKA kommt dort ins Spiel, wo es – z. B. im Nachgang zur gesetzlichen Sozialen Arbeit, die sich vorwiegend um die materielle Existenzsicherung und Schadensbegrenzung in prekären Lebenssituationen der Gesellschaftsmitglieder kümmert - um die Verbesserung von Lebensqualität und Wohlbefinden und um Selbstwirksamkeit, Befähigung zur Selbsthilfe und Gestaltung der Gesellschaft und vielfältiger Lebensräume sowie Lebensrealitäten ihrer Mitglieder geht. Als Teilgebiet der Sozialen Arbeit, hat auch die SKA ein Tripelmandat (Staub-Bernasconi, 2007a) inne. D. h., dass sie sich ebenfalls auf eine ethische Basis (Berufskodex) stützt, ihre Legitimationsbasis in den Menschenrechten findet und mit wissenschaftsbegründeten Arbeitsweisen und Methoden vorgeht (S. 200). Damit bewegt sie sich zwischen Adressatenschaft, Mandat und Profession. Etwas allgemeiner ausgedrückt (Staub-Bernasconi, 2007b) werden Aufgaben der Sozialen Arbeit (und somit auch der SKA) in der Definition des IFSW (s. Kap. 1.2) ausgedrückt:

„Soziale Arbeit berücksichtigt die komplexen Beziehungen zwischen Individuen und ihrem sozialen Umfeld sowie die Eigenschaft von Individuen, von ihrem Umfeld beeinflusst zu werden und es zu beeinflussen – und zwar im Hinblick auf biopsychosoziale Faktoren (...) und individuellen, organisationellen, sozialen und kulturellen Wandel zu ermöglichen“.

Spierts (1998) stellt die Wirkungsgebiete der SKA in seiner „Blumenkonfiguration der SKA“ (S. 76) dar. Demnach beschäftigt sich SKA mit 4 Hauptfeldern, nämlich: der Erholung/ Freizeit, der Kunst & Kultur, der Erziehung & Bildung sowie dem Gemeinwesen aufbau. Dies beschreibt auch eine gesund-





heitsfördernde und präventive Aufgabe, zugunsten der gesellschaftlichen Kohäsion sowie von Gruppierungen und Individuen. Voraussetzung dafür ist die Beziehungsarbeit (bei Spierts, 1998, S. 79), wird das Kontakteknüpfen gar als „Kernaufgabe 1“ der SKA hervorgehoben), die die SKA (Aufspüren der Befindlichkeiten/Bedürfnissen z. B. im Quartier) durch Beobachten, Hinhören, Hingehen (seismographische Aufgabe), Vertrauens- und Beziehungsaufbau leistet. Spierts betont aber auch, dass es nicht damit gemacht ist, Kontakte zu knüpfen und zu pflegen. Er hebt hervor, dass die SKA fähig sein muss, eine Beziehung einzugehen, die Entfaltungsmöglichkeiten und zukunftsorientierte Perspektiven enthält (ebd.). Erst die Förderung von Vernetzung durch die SKA (Brückenbauer-Funktion) zwischen Individuen, Gruppen, Behörden und Institutionen, ermöglicht eine breitere Kommunikation/Information und das Teilen/Nutzen von Ressourcen.

Gregor Husi (2012) weist darauf hin, dass die von Spierts aufgeführten Handlungsfelder z. B. durch weitere Gebiete erweitert wurden, so bei Müller um „Soziales“, bei Willener bezeichnet als „Soziales Feld/Prävention“. Hangartner fügt den zusammengeführten Modellen noch „Sport“ und „Wohnen“ hinzu (S.43).

Indem die SKA Begegnungs- und Entfaltungsräume schafft, begünstigt sie laut Autorin, dass Menschen sich dort in ihrem Sein und Wirken bestärkt fühlen und durch diese positiven Erfahrungen im Alltag ein gesteigertes Wohlbefinden („Glück“) empfinden. Dies wirkt sich gesellschaftlich aus, in dem sich Menschen zusammenfinden und gemeinsam ihren Lebensraum gestalten.

### 3.4 Ziele, Funktion und Bezug zum Glück

Spierts (1998) nennt es: „Sozialagogische Dienstleistung für **Individuen, Gruppen und Organisationen**, welche auf deren kulturelles und gesellschaftliches Funktionieren zielt“. Dies lässt noch keine Rückschlüsse auf das Thema Glück zu. In der weiteren Beschreibung der Arbeit der Fachperson als „Entwickeln von Potenzialen“ und „Realisieren von Erneuerungen“ (S.68), tönt dann laut Autorin eine Verbindung zur Wohlbefindens- oder Glücksthematik an.

Die Ziele der SKA können nach Moser et al. (1999) wie folgt formuliert werden:

- ➔ Kommunikation/Mitbeteiligung (Individuen, Gruppen, Gemeinschaften) durch Vernetzung unterstützen
- ➔ Artikulation von Bedürfnissen/Interessen durch Betroffene unterstützen
- ➔ Fähigkeit, auf Bedürfnisse zu reagieren, Veränderungen anzugehen
- ➔ Voraussetzungen für eigenständige soziale, kulturelle und politische Ausdrucksformen schaffen
- ➔ Lösen sozialer, interkultureller Konflikte unterstützen
- ➔ Unterstützen und beraten bei Projekten und Initiativen
- ➔ Erschliessen brachliegender soziokultureller Ressourcen und Kompetenzen (S. 21-22)

Gemäss Autorin liegt hier eine Menge an glücksförderndem Potenzial, gemäss der Bedeutung von bedürfnisorientiert-friedlichem Zusammenleben, Förderung von Verständigung/Entfaltung und Begleitung zu selbstbestimmterem und -wirksamerem Leben.

In den **verschiedenen Funktionen**, die die SKA zur Erreichung dieser Ziele einnimmt, stecken konkrete Möglichkeiten, Wohlbefinden und somit Glück zu steigern, z. B.

- ➔ **Integration/Vernetzung**  
Durch Kommunikation und Vernetzung (Individuen, Gruppen, Gemeinschaften) wird Vereinsamung und Ausschluss entgegengewirkt. Die Bildung neuer Sozialkontakte (zentral fürs Wohlbefinden; vergl. 2.4.1 Harvard Study) wird unterstützt.
- ➔ **Partizipation**  
Durch Beteiligungsprozesse kann Selbstwirksamkeit erlebt werden (wirkt positiv auf Wohlbefinden; bekannt aus Gesundheitsförderung/ Salutogenese, Kap. 2.7.4).

## Grundlegende Konzepte und Begriffe

# 7. Was ist Gesundheitsförderung?



Abb.17 Gesundheitsförderung. Claudia Meier Magistretti (2016).

Ebenen: in SKA als auch in GF



➔ **Ressourcenerschliessender, soziokultureller Ausgleich**

Vernetzung und ressourcenorientierte Vorgehensweise lassen verschiedenste Beteiligte sich austauschen, gegenseitig helfen und selbstwertsteigernde Bestätigung durch andere erfahren.

➔ **Kritik/Solidarität**

Auf Augenhöhe mit den Menschen, deren Bedürfnisse und allfällige Missstände im Blick, hilft die SKA mit, Kritik an veränderungswürdigen, gesellschaftlichen Zuständen zu üben und solidarisiert sich mit den Betroffenen (Grundvoraussetzung für gelingende/wohlbefindensteigernde Kommunikation; Rogers, 2012; Kap. 4.1).

➔ **Prävention/Gesundheitsförderung**

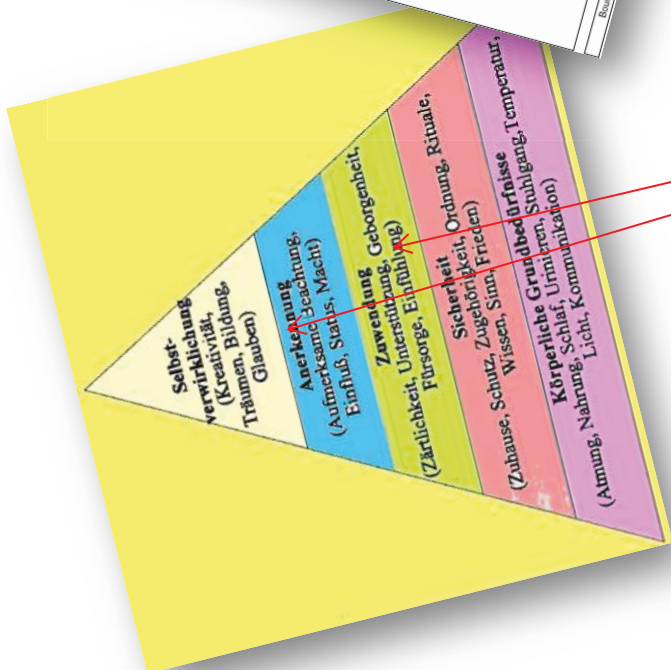
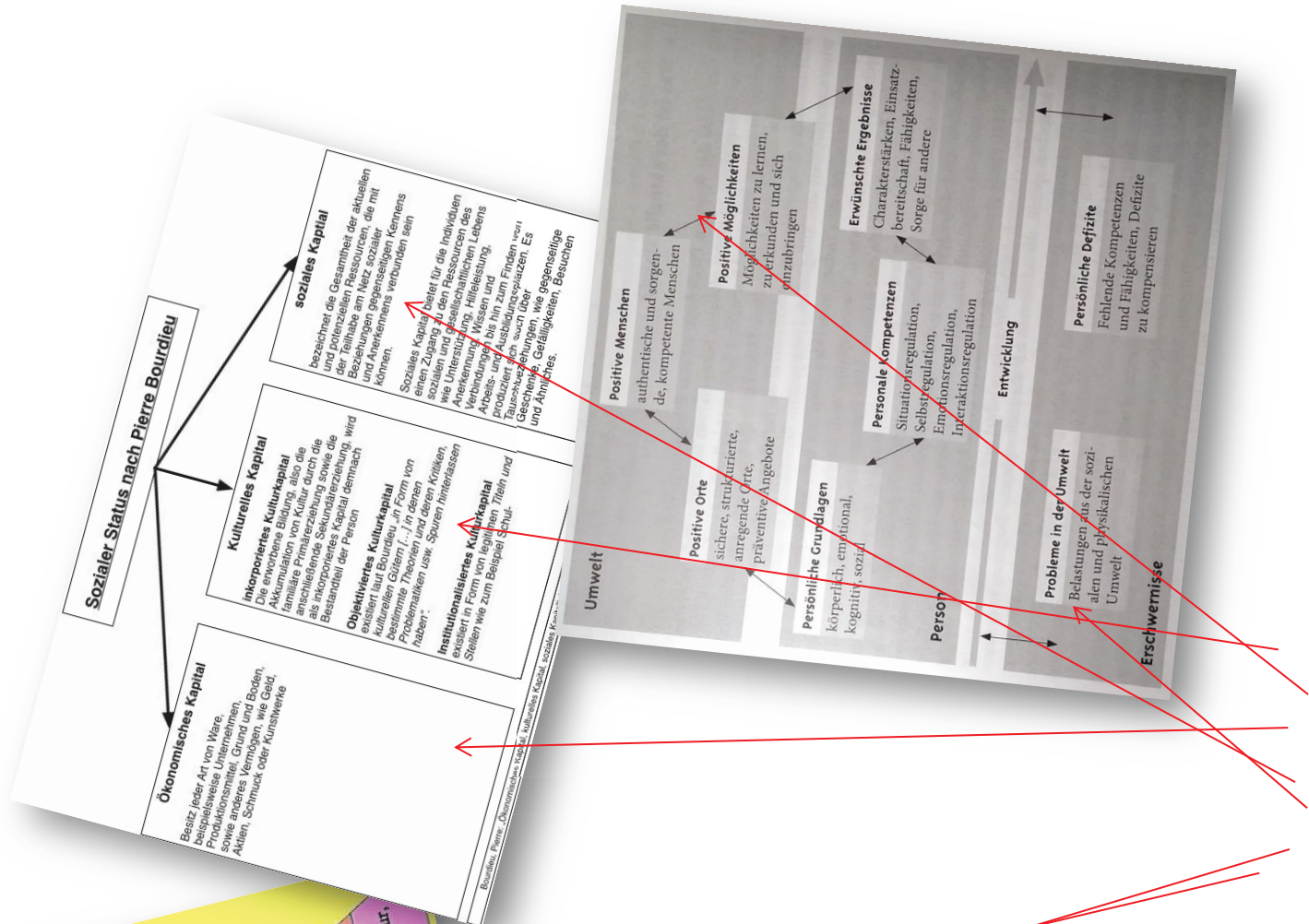
Problematiken chronifizieren sich weniger durch die präventiv wirkende, seismographische Haltung der SKA, frühe Wahrnehmung von (gesellschaftlichen) Problemlagen und ihr Unterstützen, Informieren und ausgleichendes Vermitteln zwischen Beteiligten, beeinflusst deren Gesundheit und Wohlbefinden (s. Kap. 2.7.4).

Worauf sich die SKA stützt um ihre Ziele, Funktionen und ihr Handeln in der Gesellschaft zu legitimieren, wird in den Kapiteln 3.2 und 3.3 näher betrachtet.

Die SKA hat laut Autorin eine Schlüsselposition betreffend Gesundheitsförderung/Prävention, Glücksförderung bzgl. ganzheitlichem Menschenbild (s. Kap. 2.7.1 und 3.4). Vielfältige Ansatzpunkte, Wirkungsfelder und ihr freiwilliges Setting, das Individuen, Gruppen, und gesellschaftliche Anliegen miteinbezieht, sowie ihre Vermittlungsfunktion dienen der Verständigung und dem Entwickeln von Fähigkeiten (Ressourcen, Kap. 4.4) zur Gestaltung der Lebenswelten.

Verwandt mit der Gesundheitsförderung ist proaktives Vorgehen, Ressourcenorientierung, Befähigen/Stärken der Adressatenschaft durch Empowerment. Laut Meier Magistretti (2016) arbeitet die SKA sowohl präventiv als auch gesundheitsfördernd (z. B. Umgebungsveränderungen) (Modul 305, 09.11.).



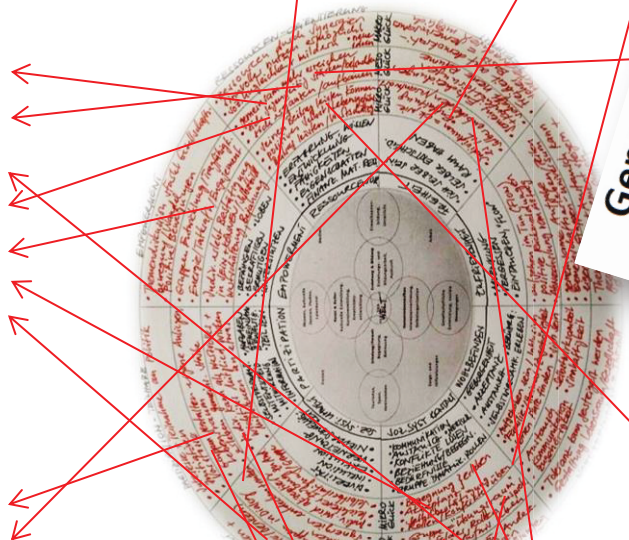


#### 4 Dimensionen eines "guten Lebens" (nach Amartya Sen)

	gesellschaftliche Dimension	individuelle Dimension
Möglichkeit-dimension	<b>Well-being freedom (Freiheit zum Wohlbefinden)</b> bezeichnet die Freiheit bzw. Möglichkeit, Dinge zu erlangen, die für das eigene Wohlergehen konstitutiv sind	<b>Agency freedom (Freiheit zum Handeln)</b> bezeichnet die Fähigkeit oder Freiheit, sein eigenes Handeln auf für wertvoll erachtete Ziele auszurichten
Verwirklichungs-dimension	<b>Well-being achievement (Erreichen von Wohlbefinden)</b> bezeichnet das tatsächliche Erlangen dieser Dinge	<b>Agency achievement (Vollbringung des Handelns)</b> bezeichnet das Erreichen solcher Umstände

(Grundlage: Hirsch 2008, S. 56)

Abb.18 SKA-Welt und Theoriebezüge (einzelne Beispiele)  
zur Verbesserung des Wohlbefindens (Glücks).  
(eigene Darstellung)



**BIO-PSYCHO-SOZIALE BEDÜRFNISSE**

**Biologischen Bedürfnisse:**

- Physische Integrität
- Austauschstoffe (Nahrung, Wasser, Sauerstoff)
- Regeneration
- Sexuelle Aktivität/ Fortpflanzung

**Bio-psychische Bedürfnisse:**

- Sensorische Bedürfnisse
- Ästhetische Bedürfnisse
- Abwechslung
- Assimilierbare Information/ Verstehen (epistemischer Sinn)
- Subjektiv-relevante Ziele/ Hoffnung auf Erfüllung (subjektiver Sinn)
- Kontroll-/ Kompetenzbedürfnis (zur Lebensbewältigung)

**Biopsychosoziale Bedürfnisse:**

- Emotionale Zuwendung (Liebe, Freundschaft)
- Spontane Hilfe
- Zugehörigkeit (Mitgliedschaftsbedürfnis; Familie, Gruppe, Gesellschaft)
- Unverwechselbarkeit (biopsychosoziale Identität)
- Autonomie
- Fairness
- Kooperation
- Soziale Anerkennung

## Generalisierte Widerstandsressourcen

Generalisierte Widerstandsressourcen sind

Charakteristika von

Individuen  
Gruppen  
Kulturen  
Gesellschaften

Physikalische  
Biochemische  
Materielle  
Kognitive  
Emotionale  
Werte- und einstellungsgestützte  
Interpersonale  
Makro-soziokulturelle

die bewirken, dass Stressoren vermieden bekämpft werden können und so verhindert wird, dass aus Spannung Stress entsteht.

**POSITIVE PSYCHOLOGIE (pp)**

z. B. Martin Seligman

„**FLOURISH**“  
Aufblühen des Menschen

**3 Kerneigenschaften:**

- Positive Gefühle**
- Engagement/ Interesse**
- Sinn/ Bedeutung**

**4 3 aus 6**

- Selbststachtung**
- Optimismus
- Resilienz
- Selbstbestimmtheit**
- Vertraut
- Positive Beziehungen**

**positives Selbstbild**

- Optimismus
- Gelassenheit
- Selbstverwirklichung
- Unabhängigkeit
- Sinnhaftigkeit erleben

**Tun:**

- Selbstwirksamkeit erleben**
- Engagement
- Flow erleben im Tun
- Beziehungspflege**
- Autonomie
- Authentizität
- Toleranz**

**Umwelt:**

- Autonomie
- Authentizität
- Toleranz

**kurzfassung**  
P - E - R - M - A  
Accomplishment/ etwas zu Ende führen

**Verstehbarkeit (sense of comprehensibility):**  
Die Erwartung oder die Fähigkeit des Menschen, Stimuli als konsistente und strukturierte Information verarbeiten zu können.  
(kognitive Komponente)

**Handhabbarkeit (sense of manageability)**  
Das Ausmass, in dem man wahrnimmt, dass man geeignete Ressourcen zur Verfügung hat, um den Anforderungen zu begegnen.  
(Kognitiv-emotionale Komponente)

**Sinnhaftigkeit (sense of meaningfulness)**  
Das Ausmass, in dem man das Leben als emotional sinnvoll und als Herausforderungen empfindet.  
(motivationale Komponente)

**SOC**







### 3.4.1 SKA-Hauptadressatenschaft: Gruppen

Der Mensch als soziales Wesen bedarf laut Cornelia Burkhardt-Eggert (2012) der anderen Menschen zu seiner Verwirklichung. Er schafft sich in seiner Tätigkeit seine Individualität und vergegenständlicht dadurch seine individuelle Lebensäusserung. Gleichzeitig beeinflusst er die Lebensäusserungen seiner Mitmenschen, indem er sich als soziales Wesen bestätigt und verwirklicht (S.283).

Gemäss Hermann Hobmair (2014) gibt es drei Gründe, weshalb Gruppen entstehen:

1. Gemeinsam zu erfüllende Aufgabe
2. Gemeinsame Interessen
3. Sympathie (abhängig von: Kontakthäufigkeit, wahrgenommener Ähnlichkeit)

- sofern man nicht in eine Gruppe hineingeboren wird (S.265).

Gruppen zeichnen sich aus durch:

- Gruppenprozess (ständige Veränderungen im Gruppenleben)
- Rollenverteilung (Macht, Einfluss und Prestige der einzelnen Mitglieder)(S.267).

In Gruppen finden Wechselbeziehungen statt, die zu Gruppenidentifikation, Ausbildung von sozialen Normen, Rollen und Ranghierarchien, konformem Verhalten und Rollendifferenzierung führen (S.268). Da die Gruppe für den Einzelnen lebensnotwendig (S.269) ist, erfüllt sie im Leben wichtige soziale Funktionen (durch mitmenschliche Beziehungen wird der Mensch zum Menschen im humanen Sinne). Soziales Verhalten wird gelernt, soziale Bedürfnisse gestillt, der eigene Wert erlebt und die Verwirklichung eigener Ziele wird durch die Gruppe erleichtert.

Ein sehr wichtiger Punkt der Interaktion zwischen Individuum und Gruppe ist der, dass die Selbsteinschätzung des Individuums vom Vergleichen mit den Gruppenmitgliedern abhängt (S.269-270); auch findet durch die Zugehörigkeit zur Gruppe eine Identifikation statt, eine gefühlsmässige Teilhabe des Einzelnen an der Gruppe, was zu einem Geborgenheitsgefühl führt (S.263).

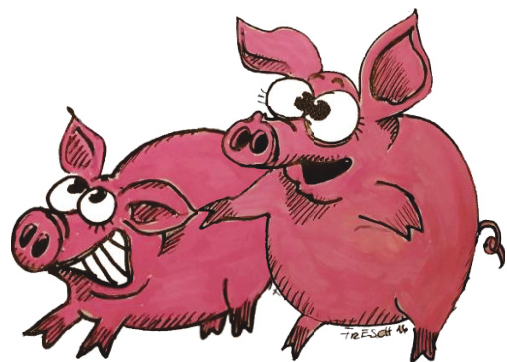
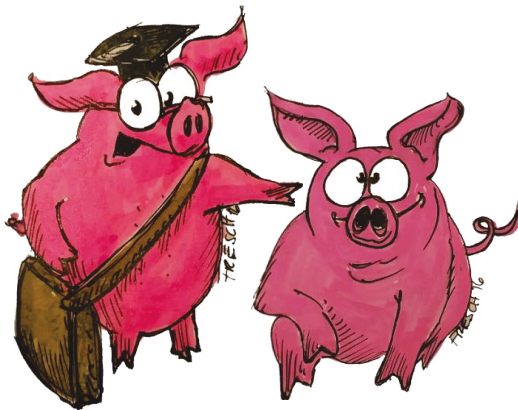
Gregor Husi und Simone Villiger (2012) sagen, dass die SKA mit verschiedenen Altersgruppen einen guten Umgang findet und darauf bedacht ist, die Betroffenen zu Beteiligten zu machen. Wichtig dabei: Die SKA fördert das Zusammenleben, begleitet Empowermentprozesse und übt Demokratie. Somit richtet sie den Blick nicht nur auf das Individuum (...)(S.70). Sie ist in offenen, grösseren Systemen (Gemeinden/Quartieren) tätig, vor allem mit Gruppen, die meist grösser sind als Gruppen im sozialpädagogischen Kontext. Diesen traut die SKA relativ viel zu (S.71), was mittels partizipativer Interventionen zudem gefördert und gefordert wird (Anm. der Autorin). Gruppen ihrerseits sind komplexe Gebilde mit eigenen Eigenschaften/Dynamiken, weshalb Interventionen stets zielgruppenorientiert angepasst werden müssen (S.169). Ein grosser Teil der Arbeit in der SKA findet zudem in Projekten statt. Dort wird ein weiteres gruppenspezifisches Merkmal der SKA deutlich: Projekte verfügen über eine kollektive Dimension: Sie funktionieren nur, wenn Konsens zwischen den Akteuren betr. Handlungsbedarf/erwünschter Veränderung herrscht (Alex Willener, 2007, S.36).

Mit Gruppen zu arbeiten, erfordert Können u. a. betreffend Kommunikation, Konfliktlösung, Empowerment, Partizipation. Willener beschreibt dies im Abschnitt „Personales Spannungsverhältnis“. Dort ist die Rede von Rollen, Positionen und Funktionen, die projektbezogen anders aussehen können als sonst im Alltag (S.39). Der Umgang damit hat einen Einfluss auf das Wohlbefinden der Beteiligten. Willener schlägt dazu verschiedenen Interventionen, jeweils auf die Konfliktart zugeschnitten, vor. Dies möglichst zur Zufriedenheit der Beteiligten zu managen, ist Aufgabe der projektleitenden Person/SKA (S.207).

### 3.4.2 Werkzeuge der SKA: Methoden

Das Methodenhandbuch von Astrid Ley und Ludwig Weitz (2012) führt die Menge an SKA-Methoden vor Augen. Allesamt haben sie mit P-E-R zu tun.

Auch bei Willener (2007) finden sich etliche Methoden, die bei der Vorbereitung eines Projekts zum Zug kommen können (Stakeholderanalyse, Dokumentenanalyse, Befragungen, Begehungen, Be-



obachtungen und Interviews und explizit partizipative Methoden; S.149-156). Indem sich die SKA um eine Situation interessiert/kümmert, trägt sie bereits zur Zufriedenheit der Adressatenschaft bei (Anm. der Verf.).

## **4 DIE ARBEITSPRINZIPIEN PARTIZIPATION, EMPOWERMENT UND RESSOURCENORIENTIERUNG IN DER SKA**

Die nachfolgenden Kapitel geben einen kurzen Überblick über P-E-R und deren Voraussetzungen. Diese Arbeit erhebt nicht Anspruch auf Vollständigkeit. Ein nützlicher „Reiseführer“ existiert von Hanspeter Hongler et al. (2008): Der Leitfaden zur Durchführung von Projekten, geht u.a. auf die Arbeitsprinzipien P-E-R und deren Wichtigkeit ein. Nachfolgend also ein kurzer Abriss der Themen hinsichtlich des SKA-Glückspotenzials.

### **4.1 Voraussetzungen von P-E-R in der SKA/Projekten**

Damit die SKA die Arbeitsprinzipien P-E-R anwenden kann, ist es wichtig, bestimmte Voraussetzungen zu schaffen und eine entsprechende Haltung einzunehmen. Dies kann in Projekten in der Situationsanalyse und mit dem Knüpfen erster Kontakte, dem Ansprechen von Leuten, dem Informieren, das Erklären usw. der Fall sein (Willener, 2007, S.194-195) und wird in den Ausführungen in Kap. 4.2, 4.3 und 4.4 verdeutlicht.

In jedem Arbeitsbereich, auf allen Ebenen (Mikro-, Meso-, Makro-Ebene) ist die SKA gefordert, Beziehungen und Austausch herzustellen. Spierts (1998) bezeichnet das Kontakteknüpfen sogar als „Kernaufgabe 1“ der SKA, betont aber, dass das Kontakteknüpfen nicht reicht, sondern dass die Beziehungen gepflegt werden sollen und der Adressatenschaft Möglichkeiten zur Entfaltung bieten sollen (S. 79). Die Wichtigkeit der Beziehungsqualität sticht dabei ins Auge, bedenkt man, dass es laut Entwicklungspsychologie zentral ist, dass das Individuum die Beantwortung/Spiegelung durch seine Umwelt und Bezugspersonen kriegt - dies lebenslang, zur Persönlichkeitsentfaltung und zur Entwicklung, Vertrauensbildung und Selbstwirksamkeitserleben. Karl Heinz Brisch (2016a), Deutschlands führender Bindungsexperte, fasst dies sinngemäss so zusammen: Das „Urvertrauen“, das uns Sicherheit gibt und Schutz bietet, weil wir zuversichtlich sind, dass es Menschen gibt, die uns in schwierigen Zeiten beistehen, ist vielleicht die wichtigste Ressource, über die ein Mensch verfügen kann und die sich in den frühen Jahren bildet. „Diese Ressource befähigt uns, in angespannten Situationen ruhig zu bleiben, sie macht uns empathisch gegenüber anderen, bewahrt uns vor seelischen und körperlichen Krankheiten“ (S. 55). Die Autorin findet, dass jegliche Arbeit mit Menschen, auch im nicht-therapeutischen Kontext, die Wichtigkeit und Qualität der Beziehungen/Bindungen berücksichtigen sollte, weil dies die Art und Weise, wie z. B. die SKA auf Menschen zugeht, sie anspricht, einbindet usw., mitprägt. Wenn Brisch den emotionalen Kontakt (emotional vertrauensvolle, sichere Bindungen) als die entscheidende Zutat für die psychische und physische Entwicklung in den ersten zwei Lebensjahren sowie die Gesundheit im Erwachsenenalter bezeichnet, zeigt sich, dass dies auch im professionellen Umgang mit Menschen nicht vernachlässigbar ist. Authentische, verlässliche Beziehungen, auch nur für die Zeitdauer eines Projekts, hinterlassen laut Autorin positivere Spuren/Wohlbefinden bei Menschen, als wenn diese auf eine oberflächliche, gar instrumentalisierte Weise dafür „gewonnen“ werden. Als Grundlage dafür dient die personenzentrierte Haltung nach Carl R. Rogers (2012), die auf Echtheit, Unverfälschtheit (bei Rogers: Kongruenz), Akzeptanz, Anteilnahme (bei Rogers: Wertschätzung), d.h. einer Art bedingungslosen Zuwendung, und einfühlsamem Verstehen, das sensibles und aktives Zuhören erfordert, basiert (S. 66 - 68).

Interessanterweise konnte Rogers (2012) bei Grossgruppenveranstaltungen/Workshops feststellen, dass auch hier der personenzentrierte Ansatz bei den Teilnehmenden viel ausgelöst und sie am Ende

Abb.20 Demokratieverständnis  
(eigene Darstellung)

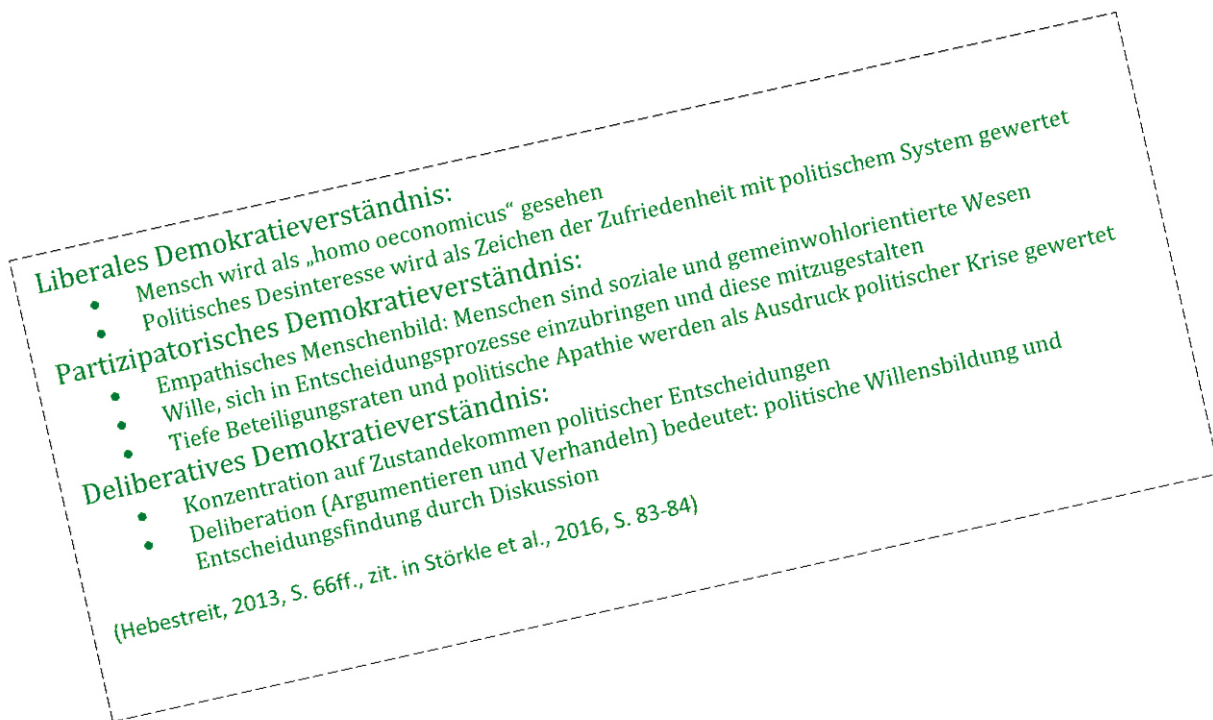
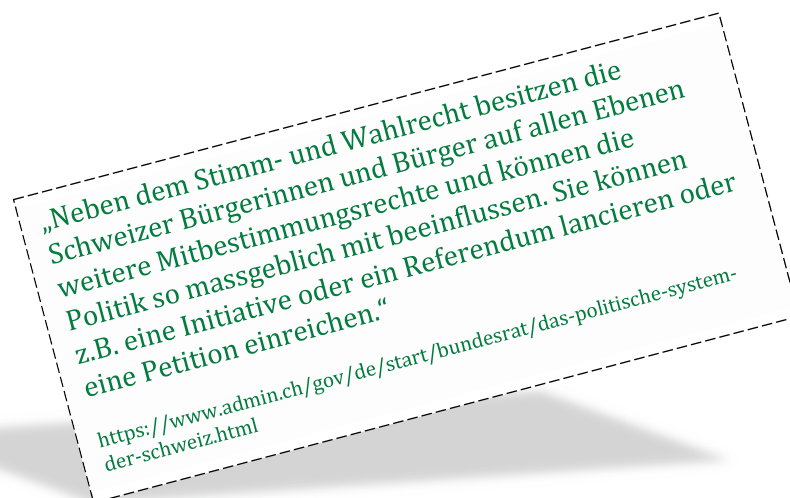


Abb.21 Mitbestimmungsrechte  
(eigene Darstellung)





stolz darauf gemacht hat, was sie zusammen geschafft haben, welche Situationen gemeistert wurden. Es stellten sich bei den meisten sehr positive (glückliche) Gefühle ein – ein z. T. schwieriger, aber lohnender Prozess (Rogers, 2012, S. 85 – 99).

Die Anforderungen an Professionelle der SKA in diesem Zusammenhang sind anspruchsvoll. Spierts (1998) sieht deshalb „den soziokulturellen Arbeiter als ‚eigensinnigen‘ Gleichgewichtskünstler“ in der Vermittlung (...) (S. 91).

Menschen wertschätzend, interessiert und empathisch wahrnehmen, Zeit und ein offenes Ohr für sie haben, bewirkt laut Autorin bereits eine Verschiebung in Richtung „Glück“ auf deren individuellem Glücks-Kontinuum. Verbessern von Lebensqualität, Wohlbefinden durch Selbstwirksamkeitserfahrungen, Befähigung zur Selbsthilfe, Gestaltung von Gesellschaft und Lebensraum, werden durch Bewusstmachung und Formulieren im Gespräch zu fassbaren Anliegen der Menschen und sind erste Schritte Richtung Partizipation.

## 4.2 Partizipation

Mario Störkle und Bea Durrer Eggenschwiler (2016) erklären, dass der Begriff Partizipation sich vom spätlateinischen „participatio“ ableitet und Beteiligung im Sinne sowohl von Teilnahme als auch von Teilhabe bedeutet. Auch existieren unterschiedliche Zugänge zu Partizipation in Politologie, Soziologie, Soziokultur usw. (S. 82).

Partizipation spielt in vielen Lebensbereichen einer **demokratischen Gesellschaft** eine Schlüsselrolle, so auch in Projekten der SKA. Projekte werden bei Willener (2007) als Werkzeuge der Veränderung bezeichnet und zeichnen sich in der integralen Projektanwendung durch die Arbeitsprinzipien P-E-R aus (S. 46 - 100). Bereits bei der Situationsanalyse werden partizipative Methoden angewendet (S. 153 - 156).

Daneben gibt es

➔ politische (formale) Möglichkeiten.

Störkle und Durrer Eggenschwiler (2016) fassen wie folgt zusammen: „Grundlegend ist zwischen *formeller* und *informeller* Partizipation zu unterscheiden. *Formelle* Partizipation ist gesetzlich und verfahrenstechnisch geregelt.“ (S. 82) Des weiteren führen sie unter *formeller* Partizipation die Begriffe Stimm- und Wahlrecht, Initiative, Referendum, Petition, Arbeit in politischen Kommissionen usw. auf, unter

➔ *informeller* Partizipation

erwähnen sie, dass hier der Spielraum in Bezug auf Form, Durchführung und Beteiligungsberechtigung grösser als in formellen Verfahren ist (S. 82).

Laut Störkle und Durrer Eggenschwiler (2016) können Partizipationsprozesse nach demokratischer, ökonomischer oder emanzipatorischer Funktion unterschieden werden:

➔ **demokratische Funktion,**

Demokratie hängt bzgl. Stabilität/ Qualität von den demokratischen Kompetenzen der Menschen ab, nicht alleine von formalen Institutionen

➔ **ökonomische Funktion**

durch Beteiligung sollen Entscheidungen bedürfnisgerechter und nachhaltiger werden

➔ **emanzipatorische Funktion**

wirkt Benachteiligung entgegen; setzt Lernprozesse in Gang (S. 84)

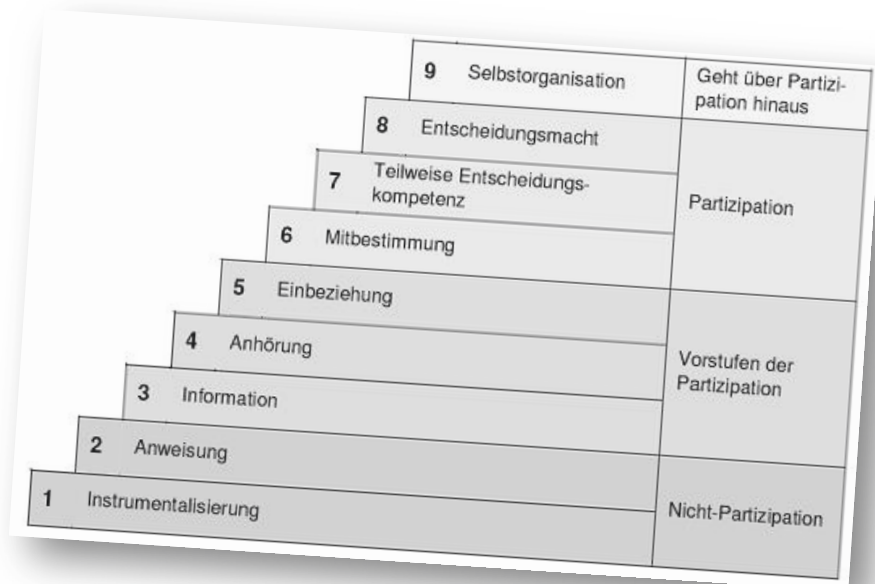


Abb.22 Stufenmodell der Partizipation  
(WRIGHT et al. 2010, S.42)

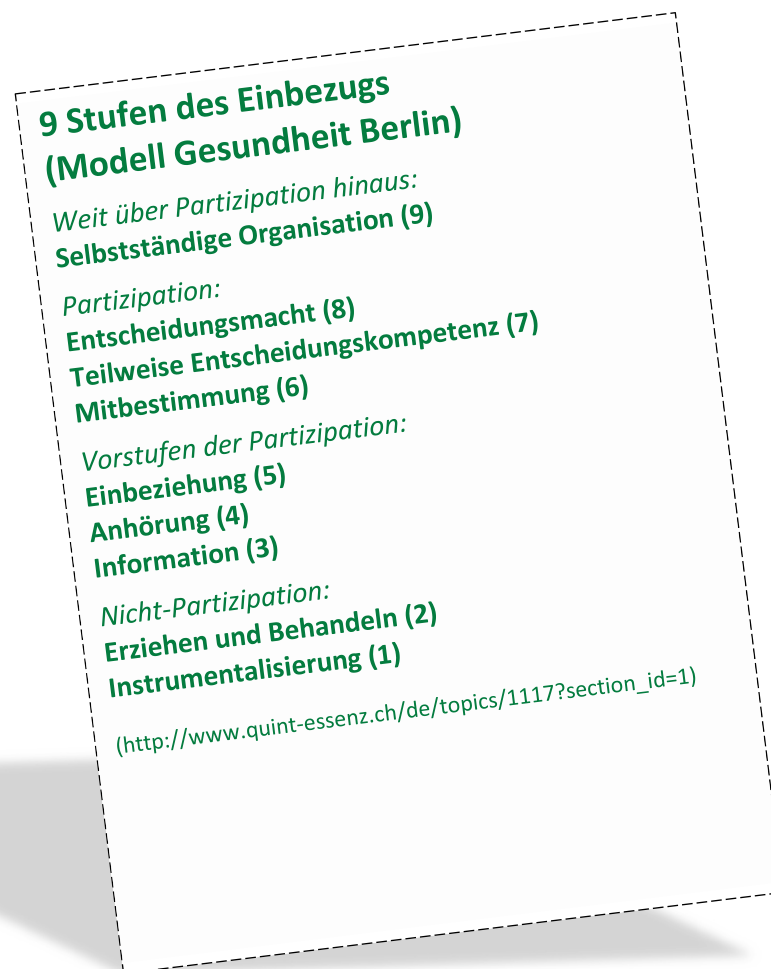


Abb.23 Modell Gesundheit Berlin  
Ein anschauliches Modell wurde vom Wissenschaftszentrum Berlin (wzb) und Gesundheit Berlin entwickelt.

### Verschiedene Stufen der Partizipation:

„Maria Lüttringhaus [sic!] (2000) arbeitet mit einem einfachen und hilfreichen Schema, das vier Partizipations-Stufen unterscheidet (...):

4. SELBSTVERWALTUNG
3. MITENTSCHEID
2. MITWIRKUNG (Mitsprache, Mitarbeit)
1. INFORMATION“

(Lüttringhaus, zit. in Willener, 2007, S. 64)

Bei Hanspeter Hongler et al. (2008) wird ein etwas umfangreicheres Modell widergegeben. Gegenübergestellt werden dort die Teilhabe im Staatssystem und die Teilnahme der Bürger und Bürgerinnen. Ausserdem wird Partizipation als Möglichkeit der Entwicklung einvernehmlicher Lösungen und Sichtweisen zur Zufriedenstellung aller Beteiligten dargestellt (S.33).

Gesundheitsförderung Schweiz (Website) definiert Partizipation wie folgt:

„Aktiver Einbezug von Personen und Gruppen in die Planung, Durchführung und Evaluation von Interventionen (Projekte), die ihre Lebensbedingungen und -stile betreffen.“

Des weitem wird ausgeführt, dass Partizipation in der Ottawa Charta von 1986 als grundlegendes Prinzip für die Praxis der Gesundheitsförderung gilt, da Gemeindeprojekte und Bürgerinitiativen bestätigen, dass Projekte wirkungsvoller und nachhaltiger sind, wenn die Menschen in den Veränderungsprozess miteinbezogen werden und ihre Situation aktiv mitbestimmen (s. Kap. 2.7.4). Wenn Personen oder Gruppen Entscheidungsmacht haben, wird von echter Partizipation gesprochen. Je grösser diese Entscheidungsmacht ist, umso grösser ist der Grad an Partizipation.

### Partizipation – nicht nur unbestritten

Partizipation hat nicht nur positive Seiten, beschreibt Birgit Fritz (2013), eine erfahrene Praktikerin des TdU (Theater der Unterdrückten) und Buchautorin. In ihrer Dissertation zum TdU sieht sie, dass diese in der Lage sei, „die (...) Menschen, die sie vorgeben zu ‚ermächtigen‘, aufs Neue unterdrücken“. Kritisiert wird, dass Partizipation oft externen Interessen diene und „die Entscheidungs- und Kontrollmacht bliebe letztendlich in den Händen derer, die sie immer schon gehabt hätten“ (S. 214-215).

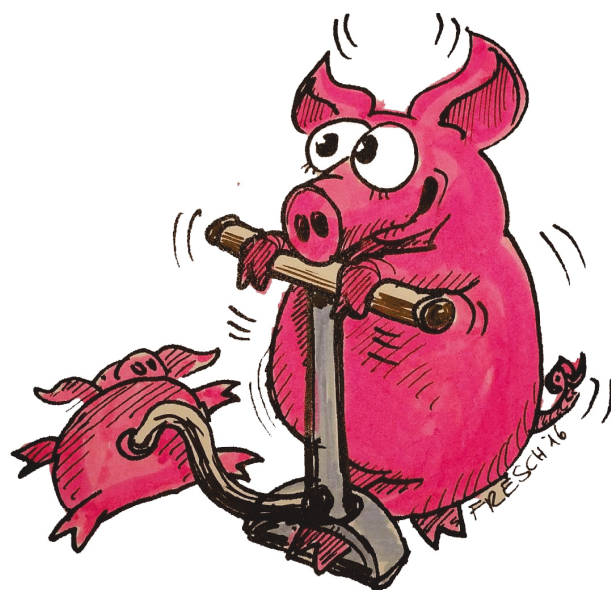
Diesen Aspekt findet die Autorin interessant, da sich zeigt, dass Beweggründe/Anwendung einen grossen Einfluss auf Resultat/Wirkung haben. Bzgl. Glück/Wohlbefinden könnte dies bedeuten, dass Menschen durch ‚unehrliche‘ Partizipation frustriert werden, sich ‚benutzt‘ fühlen und wenig Einfluss auf die Sache haben.

P-E-R treten in der SKA zusammen auf und sind meist eine Einheit. In den folgenden Kapiteln wird dies ausgeführt.

## 4.3 Empowerment

Laut Gesundheitsförderung Schweiz (2016a, „Zentrale Aspekte“) zielt Empowerment darauf ab, dass Menschen, Gruppen und Organisationen Möglichkeiten erhalten und Fähigkeiten entwickeln, um ihr(e) Leben(swelt) selbst zu gestalten. Das Schaffen geeigneter Bedingungen erweitert die Handlungsoptionen und unterstützt es, Verantwortung für die eigene Gesundheit (und die anderer) zu übernehmen. Laut Autorin ist dies ein Kernpunkt des Empowermentprinzips, der auch auf andere Gebiete (SKA, Lebensqualität, Wohlbefinden/Glück) übertragen werden kann.

Norbert Herriger (2016c) sieht das Empowerment-Konzept als Bruch mit dem bisherigen Blick auf die Schwächen und Abhängigkeiten der Menschen, die psychosoziale Unterstützung benötigen. Die



Menschenstärke steht im Fokus und setzt sich aus Vertrauen in die Fähigkeiten eines jeden Menschen, Akzeptanz von Eigensinn, Psychosoziale Arbeit als Lebensweg-Begleitung, normative Enthaltsamkeit der Helfenden und Grundorientierung an einer Rechte-Perspektive zusammen.

Es zeigt sich eine Verwandtschaft mit Einstellungen der Gesundheitsförderung, die ebenfalls zunehmend auf die normative Betrachtungsweise des Gesundheitsbegriffs verzichtet (Anm. der Autorin).

Herriger (2016b) erläutert, dass der Begriff heute für Arbeitsansätze in der psychosozialen Praxis steht, die auffordern und ermutigen, eigene Stärken zu entdecken und Hilfestellung bei der Aneignung von Selbstbestimmung/Lebensautonomie vermitteln wollen. Ziel ist es, vorhandene, verschüttete Fähigkeiten und Ressourcen zu kräftigen und freizusetzen, um die Lebenswege/Lebensräume selbstbestimmt gestalten zu können.

Empowerment bezeichnet einen selbstinitiierten, selbstgesteuerten Prozess der (Wieder-) Herstellung von Selbstbestimmung und Selbstbemächtigung bzgl. Selbstgestaltung des Lebens (Selbstorganisation z. B. Selbsthilfegruppen; eigene Projekte = selbstgesteuerter Prozess). Dies ermöglicht Erfahrungen von Selbstwirksamkeit, was sich auf Gesundheit und Wohlbefinden auswirkt.

Eine weitere Bedeutung für Empowerment findet man laut Herriger in der professionellen psychosozialen Arbeit, bei den Mitarbeitenden psychosozialer Dienste, die entsprechende Prozesse anregen, fördern und unterstützen.

Laut Gesundheitsförderung Schweiz (2016b) wurde das Empowerment-Konzept erstmals 1976 von Barbara Solomon in den USA beschrieben und hat seine Wurzeln in der Schwarzen Bürgerrechtsbewegung, der politischen Gemeinwesenarbeit. Prozesse der Selbstermächtigung dieser Bewegung wurden von Solomon als emanzipatorisches Prinzip aufgegriffen und in ein neues professionelles Verständnis für Berufe im psychosozialen Gebiet transformiert.

Ins Deutsche wird Empowerment mit Befähigung und Ermächtigung übersetzt, eine einheitliche Definition fehlt bis heute. Trotzdem besteht ein Grundkonsens darüber, dass es sich bei Empowerment um einen Lernprozess handelt, der Ressourcen, Stärken und Kompetenzen entdecken/entwickeln hilft und somit neue Handlungsspielräume eröffnet, was Selbstbestimmung in der Lebensgestaltung anbelangt.

Empowerment ist in der Gesundheitsförderung als Prinzip in der Ottawa Charta (1986) verankert. Durch die Handlungsstrategie „befähigen und ermöglichen“ sollen Menschen die Chance haben, ihr Gesundheitspotenzial selbstbestimmt verwirklichen zu können.

Dies durch

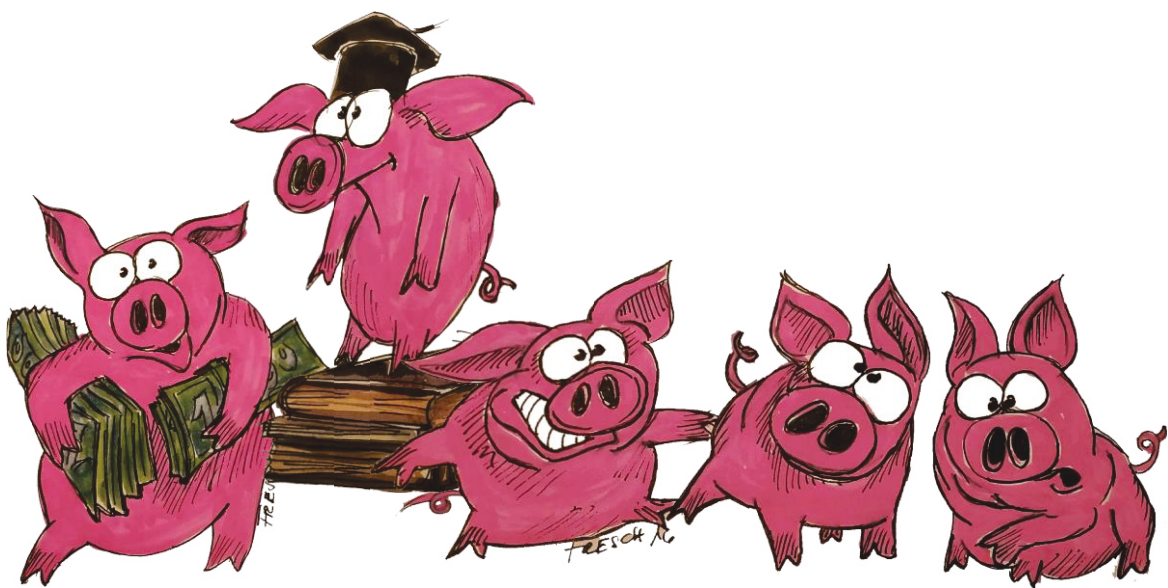
- *Individuelles Empowerment* (Entscheidungsfähigkeit; Kontrolle über eigenes Leben vergrößern)
- *Gemeinschaftsbezogenes Empowerment* (über gemeinschaftliches Handeln mehr Einfluss/Kontrolle auf Gesundheit/Lebensqualität gewinnen)

Zur Initiierung von Empowermentprozessen werden Methoden wie Gesundheitskonferenzen, Zukunftswerkstätten und Gesundheitszirkel angewendet. Sie ermöglichen und fördern eine aktive Teilnahme der angesprochenen Personen (Gesundheitsförderung Schweiz) und sind in ähnlicher Form ebenfalls in der Soziokulturellen Animation verbreitet. Dass die Anwendung von Empowerment anspruchsvoll ist, wird durch folgende Aussage (Gesundheitsförderung Schweiz) unterstrichen:

„Empowerment, leider oft als attraktive Worthülse und Modebegriff verwendet, ist in der Umsetzung äusserst anspruchsvoll und komplex und erfordert einen hohen reflexiven Umgang.“

Herriger (2016a) fasst Empowerment folgendermassen zusammen:

„Empowerment („Selbstbefähigung“; „Stärkung von Autonomie und Eigenmacht“) - das ist heute eine Sammelkategorie für alle solchen Arbeitsansätze in der psychosozialen Praxis, die Menschen zur



Entdeckung eigener Stärken ermutigen und ihnen Hilfestellungen bei der Aneignung von Selbstbestimmung und Lebensautonomie vermitteln.“

Das Empowerment-Konzept basiert laut Herriger (2016c) auf drei Grundüberzeugungen:

- ➔ Selbstbestimmung und Lebensautonomie
- ➔ Sozialer Gerechtigkeit
- ➔ und demokratischer Partizipation.

Diese Grundüberzeugungen weisen auf Kernaufgaben der SA/SKA, die sich daraus ergebende Arbeitsweise (Augenhöhe, Ermutigung, beteiligende Kommunikationskultur) hin und vermögen damit laut Autorin eine Atmosphäre von Wohlbefinden zu fördern.

#### 4.4 Ressourcenorientierung

Die SKA arbeitet ressourcenorientiert. Doch was sind Ressourcen? Im Artikel zu ‚Ressourcen in der sozialen Arbeit‘ von Mandy Franke (2013) bei [www.grin.com](http://www.grin.com) (2016) werden Ressourcen als „alle Fähigkeiten, die durch innere Prozesse eines Einzelnen bzw. Systems entwickelt wurden, um das Überleben zu sichern und kreative Lösungen für bestehende Probleme zu finden (...)“ dargestellt. Die Quelle, aus denen der Mensch demnach schöpfen kann, setzt sich aus Fähigkeiten, Stärken, Erfahrungen, die angeboren oder erworben wurden sind, zusammen. Zudem beeinflussen uns konkrete oder besondere Erlebnisse, wird erklärt.

Laut Marcel Schär, Christoph Flückiger und Holtforth Grosse (2012) teilen sich Ressourcen in drei verschiedene Kategorien. Zum einen die

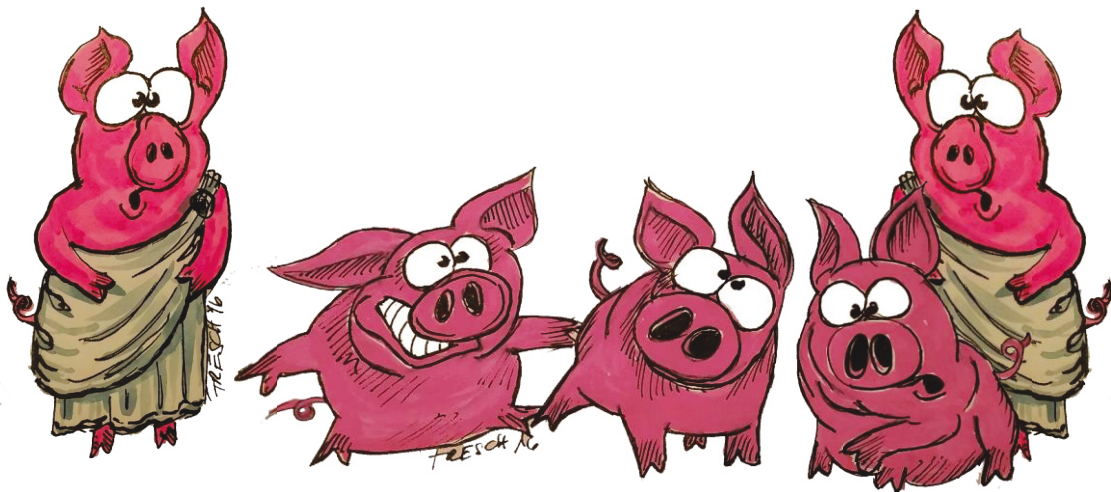
- *externen Ressourcen* (ökologische, soziale, kulturelle Ressourcen bei Obrecht, Kap. 2.7.1) Hilfsmittel/Helfer im Umfeld (soziale Netzwerke, Wohnumgebung, Versicherungsregelungen usw. - bei Obrecht um die kulturellen Ressourcen erweitert)
- *relationale Ressourcen* (Beziehungs- und Interaktionsmuster: Respekt, Verlässlichkeit etc. - bezieht sich v. a. auf Familienstrukturen, Mitglieder)
- *interne Ressourcen* (biopsychische Ressourcen bei Obrecht) Handlungsmuster, Kognitionen, Emotionen (wie Persönlichkeitsvariablen, Optimismus, Selbstwert usw.) - (,biopsychisch‘: zusätzlich körperliche Voraussetzungen).

Die Ressourcenorientierung als wohlwollend optimistische Grundhaltung, geht davon aus, dass bei Schär, Flückiger und Grosse Probleme der Patienten veränderbar sind (S.129). Bei partizipativer Integration und brückenbauender Netzwerkarbeit, sind obengenannte Merkmale für die SKA adaptierbar (Anm. der Verf.).

Ein Beitrag der Uni Hamburg ([www.sign-lang.uni-hamburg.de](http://www.sign-lang.uni-hamburg.de)) weist auf einen Wandel in der SA hin. Die traditionelle, defizit- und krankheitsgeprägte Sichtweise der SA, wird von der Ressourcen- oder Kompetenzperspektive zunehmend verdrängt. Damit rücken ins Zentrum der SA u. a. Fähigkeiten, Kompetenzen und Kräfte (Ressourcen von Klienten und des sozialen Systems)(2016). Die vermehrte Beschäftigung mit Themen wie Glück, Wohlbefinden usw. ist somit auch in der SKA als Teil einer aktuellen Bewegung zu verstehen (Anm. der Autorin). Hingewiesen sei an dieser Stelle nochmals auf die Komplexität und gegenseitige Beeinflussung von Ressourcen (bei Bourdieu „Kapitalien“; s. Kap. 2.7.2).

Am Beispiel der Theaterarbeit versucht diese Arbeit das Gewicht und Auswirkungen der vorgestellten Arbeitsprinzipien festzustellen.





## 4.5 Theaterarbeit in der SKA

Die SKA bedient sich vieler „Gefässe“ (Methoden, Arbeitsfelder), um mit Menschen zu arbeiten. Ihr Name weist auf ihre Kerngebiete hin: SOZIO auf den sozialen Anteil betreffend Individuum, Gruppe und in der/für die Gesellschaft. KULTURELLE auf die Kultur als alles durchdringende Sache, die das Leben, Zusammenleben aller Beteiligten betrifft und von diesen geformt wird. ANIMATION als bewegender, „beseelender“ Teil, der die Menschen und ihre Angelegenheiten mit Leben füllen und somit auch beglücken will, um mit ihnen und für sie Verbesserungen/Lebendigkeit anzustreben. Eines dieser „Gefässe“ ist die Theaterarbeit mit sozialen, kulturellen, animatorischen und pädagogischen Anteilen. Sie wird eingesetzt, um gemeinsam etwas zu erarbeiten, Gemeinschaft und Kultur zu gestalten, Lebensfreude zu generieren. Annett Israel (2008) nennt die Vielfalt an Gebieten und Fähigkeiten, die dabei gefragt sind (Regie, Pädagogik, Psychologie, Bewegungs- und Sprachkunde, Bühnenbild, Werbetext, Gestaltung, Licht- und Tontechnik, Schreinerkunst, Kostümschneiderei usw.) und fügt an, dass dies wie „eine Überaufgabe“ scheint, die man als anleitende Person auf sich nimmt (S. 9). Aber es entstehen wertvolle soziokulturelle-pädagogische Übungs- und Wirkungsfelder.

### 4.5.1 Wirkungen der Theaterarbeit (Mikro-, Meso-, Makro-Ebene)

Durch ihre Arbeitsweise wirkt Theaterarbeit auf allen drei Ebenen, der Mikroebene (Individuum), der Mesoebene (Gruppe) sowie auf der Makroebene (Gesellschaft). Sie erzeugt eher Raum im ideellen Sinn (Entfaltungs- und Entwicklungsraum, Übungsraum für partizipative und demokratische Prozesse usw.), als dass sie primär einen festen Ort beansprucht. Theaterarbeit lässt sich fast überall machen und ist relativ materialunabhängig. Durch diese Flexibilität ist sie prädestiniert für den Einsatz unter erschwerten Bedingungen, so z. B. in Armenvierteln grosser Städte genauso wie in Friedensprojekten in Flüchtlingslagern von Krisengebieten.

Fritz (2013) umschreibt Theater bzgl. des Theaters der Unterdrückten (TdU) als zur Verfügung gestellten ästhetischen Raum zur Neuerschaffung der Welt und dadurch als einen Ort (...) der Heilung (S. 13).

Theaterarbeit ist vielschichtig und beinhaltet etliche Arbeitsprinzipien und Wirkungsweisen, wie sie die SKA laut Autorin auch anwendet, weshalb sie durchaus als Teil der SKA verstanden werden kann. Anne Lützenkirchen (2015a) kommt betreffend **Glücksförderung durch die SA** z.T. auf verwandte Wirkungsweisen (S.41-48) wie die Theaterarbeit. Lützenkirchen benennt dazu folgende Auswirkungen:

#### Mikroebene (Individuum)

##### **Körperliche Ebene:**

- ♣ Stressbewältigung
- ♣ Körperwahrnehmung
- ♣ Gesundheitsbewusstsein

##### **Emotionale Ebene:**

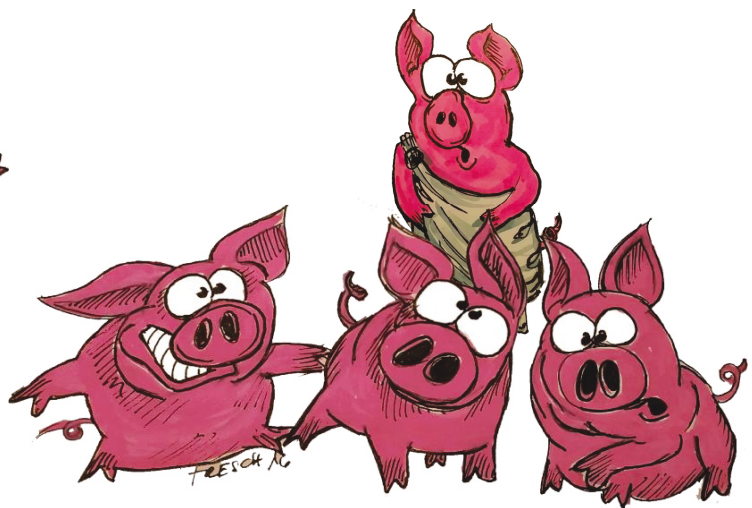
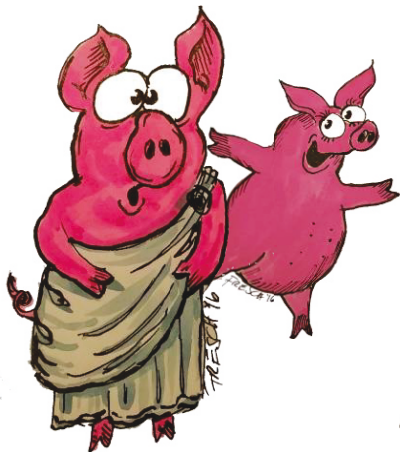
- ♣ Selbstwertgefühl, -verantwortung
- ♣ Gefühlsbewältigung

##### **Kognitive Ebene:**

- ♣ Kreativität
- ♣ Entscheidungs-/Problemlösungskompetenz
- ♣ Identitätsstärkung

#### Mesoebene (Gruppen)

- ♣ Netzwerken
- ♣ Sozialkontakte
- ♣ Partizipation
- ♣ Sinnstiftung
- ♣ Lebensweltverbesserung



## Makroebene (Gesellschaft)

- ♣ Verbesserung/Schaffung glücksfördernder sozialpolitischer und struktureller Rahmenbedingungen
- ♣ Chancengleichheit anstreben

Die Ergebnisse gemäss Lützenkirchen und der Interviews dieser Arbeit werden im Kap. 5.6 (Forschungsergebnisse) einander gegenübergestellt.

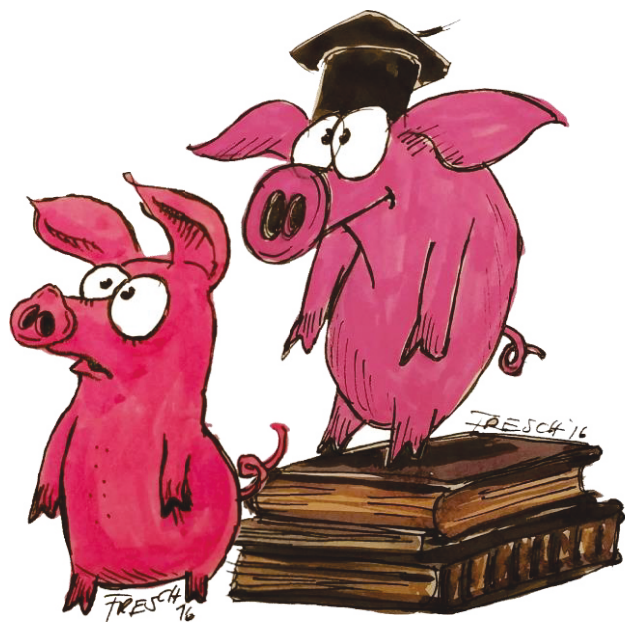
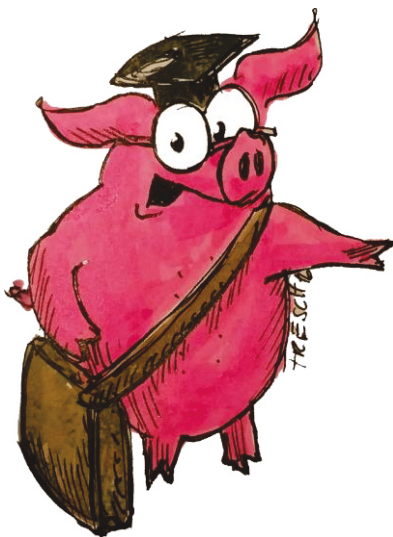
Wenn Christel Hoffmann (2008) davon spricht, dass die Quelle der Theaterarbeit die Beobachtung des Lebens sei (S.17), lässt sich auch die Umkehrung machen, dass die Theaterarbeit ins Leben hineinwirkt, stellt sich die Autorin vor. Hoffmann beschreibt zudem, dass die Theaterarbeit ein Kommunikationsfeld erzeugt (weitere SKA-Verwandtschaft laut Autorin), das es ermöglicht, „sich zu einer Sache, gewissermassen in ihr, zu verhalten“ (S.18). Ulrike Hass bringt treffend die Art und Weise von (soziokultureller) Theaterarbeit auf den Punkt: „Im Theater erlebt jeder seine Geschichte, während die Pädagogik will, dass alle eine bestimmte Geschichte kapieren“ (Hass, 1990; zit. in Hoffmann & Israel, 2008, S.18). Mit anderen Worten, dürfen alle näher „bei sich selbst“ sein, was in der Regel das Wohlbefinden fördert (Anm. der Verf.).

Die Autorin ist glücklich darüber, die Arbeitsprinzipien P-E-R und ihre Auswirkungen auf Wohlbefinden/Glück am Beispiel des Theaters Niemandland beleuchten und beforschen zu können. Dass aber nicht das Theater allein diese Möglichkeiten in der SKA hat, lässt sich an anderen Beispielen ablesen. Stichworte und Schwerpunkte sind z. B. bei Theo Harthog & Hans Hermann Wickel (2004) bezüglich Musik in der SA: Integration (kulturell und sozial), Teilhabe, kreatives Handeln und Entfaltung schöpferischer Kräfte, persönlichkeitsbildend und identitätsstiftend, Anregung von sozialem Handeln durch Erlebnis- und Handlungsfeldern in der SA, Genusserfahrung, Genussfähigkeit durch Musik, Stimmung positiv beeinflussen, Schulung von Wahrnehmung und Kommunikation usw. (S.50). So finden sich viele weitere Überschneidungen und Wirkungen in vielen soziokulturellen Tätigkeitsfeldern. Interessant sind für die SKA kulturelle Projekte wie der „Mobile Musiktreff“ und „Rockmobil“, wie sie Hartmut Kapteina, Bettina Schreiber & Hans Dieter Klug (2004) als ganzheitlich und gemeinwesenorientiert beschreiben, und sprechen neben verschiedenen Generationen auch diverse menschliche Fähigkeiten an, die zu Wohlbefinden beitragen (S.418-419). Auch Folkloretanz für Jung und Alt wird als „geeignet, eine Vielzahl dieser Bedürfnisse (körperliche Agilität, geistige Präsenz, emotionale Beteiligung, soziale Integration, Zuwendung, Erleben usw.; Anm. der Autorin) zu befriedigen“ eingeschätzt (S.420). Die vorliegende Arbeit wirft jedoch aufgrund der geführten Interviews ein Schlaglicht auf die Theaterarbeit im soziokulturellen Kontext.

### 4.5.2 Arbeit des Theaters Niemandland

Das Theater Niemandland (2016, Website) in Basel wurde 1999 als First Aid Theatre von Davide Maniscalco (Theaterpädagoge) zusammen mit Interessierten ins Leben gerufen. Sie führten im Rahmen des Projekts „Über die Grenzen“ des Vereins für Jugendarbeit Kleinbasel in der Kulturwerkstatt Kaserne ihr erstes Stück auf. Heute ist Niemandland im Kultur- und Begegnungszentrum Union. Niemandland hat mehrmals grössere, qualitativ hochstehende Produktionen aufgeführt. Unter dem Namen „Drama Loco“ finden aber auch kleinere Aufführungen zwischen den grossen Produktionen statt. Gemäss der Idee, das Theater zu den Leuten zu bringen (SKA), auch an ungewöhnliche Orte (z. B. Fitnessraum, Veloladen), kann dies mit wenigen Spielenden stattfinden. Daneben kann man (Institutionen, Firmen etc.) Niemandland für themenspezifische Performances (z.B. Zwangsheirat) und Workshops beiziehen.

Somit sind beide Perspektiven gegeben: eine kurzfristige über Projekte und eine nachhaltige über die Theatergruppe. Das Theater Niemandland hat soziokulturell-animatorische und sozialpädagogischen Anteile. Sowohl der Gruppenprozess wie auch die Entwicklung der individuellen Komponenten sind in dieser Form der Kultur- und Sozialarbeit wichtig (Anm. der Autorin).



Niemandsland will Raum geben und schaffen, Begegnungs- und Austauschort sein. Durch seinen niederschweligen Zugang eröffnet es Möglichkeiten zur Teilhabe/Teilnahme und den Individuen Chancen, sich aus der Einsamkeit herauszubewegen, Fähigkeiten und Sozialkompetenzen weiter zu entwickeln und einzubringen. Viele dieser Komponenten sind nachweislich an der Entstehung von Wohlbefinden, Zufriedenheit, Gesundheit und Glück beteiligt. Theaterarbeit zeigt dort ihre Stärken, weil sie sowohl individuell-persönlich als auch gruppenbezogen auf die Menschen einwirkt.

Durch die Herkunft der Mitspielenden (Syrien, Eritrea, Israel, Italien, Deutschland, Schweiz u.a.) und die sehr unterschiedlichen Lebenslagen (Refugees, Aufenthaltsstatus, Arbeitslose, Suchtbetroffene, „Durchschnittsbürger“ u. a.) bekommen laut Autorin Integration, Niederschwelligkeit, Toleranz und (non)verbale Kommunikation viel Gewicht. Die Anforderungen an den Spielleiter und die Gruppe sind hoch.

Christiane Johanna Gerbeth (2008) schildert diesbezüglich, dass in der Theaterarbeit mit Kindern verschiedener Herkunft diese z.T. wegen der Sprachschwierigkeiten zuerst über Pantomime, Musik, Rhythmus und mit sehr einfach gehaltener Anleitung angesprochen wurden. Das langsame Vorgehen liess auch Zeit, Beziehungen und Vertrauen aufzubauen (S.197). Gerbeth spricht ebenfalls an, dass der Schritt in die Lebenswelt der Kinder (...) notwendig war, um alle einbeziehen zu können (S. 198) – wie in der SKA, findet die Autorin.

## C - FORSCHUNG

### 5 WIESO EINE FORSCHUNGSARBEIT?

Durch die Recherchearbeiten im Gebiet der Glücksforschung ist die Autorin auf viele verschiedene Teilgebiete gestossen, jedoch nicht auf Studien, die die SKA und deren Arbeitsweise betreffend Glücksförderung im Fokus haben. Die existierenden Arbeiten zur Glücksforschung in der Sozialen Arbeit thematisieren in der Regel die gesetzliche Sozialarbeit und das Beratungssetting.

Zahlreiche Studien der Glücksforschung finden sich z. B. in den Gebieten Ökonomie, Psychologie, Neurobiologie und Soziologie (Hinweise in Kap. 2.3-2.6).

Doch wie verhält es sich mit den Interventionen der SKA? Das Interesse der Autorin daran, inwiefern die zentralen Arbeitsprinzipien (P-E-R), etwas zum „Glück“ ihrer Adressatenschaft beitragen, war geweckt. Im Bewusstsein, dass eine gross angelegte Studie den Rahmen bei weitem sprengen würde, hat die Autorin sich dazu entschlossen, eine stichprobenartige, qualitative Studie im SKA-Gebiet zu realisieren und suchte dazu ein Projekt und dessen Teilnehmende zum Begleiten, Befragen, Beobachten.

Die ab Sommer 2016 durchgeführte Forschung (Kap. 5ff.) dient der Beantwortung der eigentlichen **Forschungsfrage:**

*4 – Kann die SKA Menschen durch die Arbeitsprinzipien Partizipation, Empowerment, Ressourcenorientierung (P-E-R) beim Glück(lich(er))werden unterstützen?*

Die Resultate (Kap. 5.6) dienen als Grundlage zur Interpretation/ Diskussion rund um die Forschungsfrage, um in Kap. 7 eine Schlussfolgerung für die SKA zu formulieren.

Von den Möglichkeiten, wie sie eine Langzeitstudie wie die „Harvard Study of Adult Development“ bietet, die seit 75 Jahren Menschen befragt und die weitergeführt wird (Kap. 2.3.1.), kann die Autorin nur träumen. Ihr Interesse ist deswegen auf einen kleinen Ausschnitt zum Thema Glück, Wohlbefinden und in der SKA gängige Arbeitsprinzipien (P-E-R), gerichtet. Die Ergebnisse und Folgerungen aus den erhobenen Daten mögen einen Beitrag zur Glücksforschung leisten, diesmal aus dem Blickwinkel der SKA.



# Interviewte Personen (Sampling)

	IntP	Alter 20-30	30-40	40-50	50-60	w	m	Herkunft Afrika Bu Fa	Afrika Eri	Asien Isr	Asien Sy	EU CH	EU D	EU It	EU Sp	AN	Ref	SE	Stu
LaienS	A	X																	
	F																		
	J	X					X												
	JU																		
	M						X												
	MB		X																
	MO	X					X												
	P						X												
	S		X				X												
Total LS		9	3	3		X													
ThP +SK		D																	
TdU	JO																		
	OU																		
	SA																		
ThS+R	AJ																		
	R																		
SKA PSYCH	MI																		
Total FP		7																	
TOTAL		16	3	7	3	3	10	6	1	1	1	2	1	1	2	5	1	5	1

Abkürzungen:  
 AN: Arbeitnehmerin  
 Ref: Refugee  
 TdU: Theater d. Unterdrückten  
 FP: Fachperson  
 SE: Selbst. erw.  
 ThP: Theaterpäd.  
 LS: LaienSchauspielerIn  
 Stu: StudentIn  
 ThS+R: Schausp./Regie



## 5.1 Stand der Glücksforschung

Ausgangslage zur vorliegenden Forschungsarbeit: Katharina Grünsteidl (2015) merkt an, dass die Glücksforschung ein relativ junger Forschungszeitweig ist und Gebiete wie Biologie, Psychologie, Soziologie usw. miteinander verbindet (S.4). Dabei geht sie darauf ein, dass v. a. in den Geisteswissenschaften die Suche nach dem Glück eine lange Tradition hat, in neuerer Zeit nun aber auch in Politik/ Wirtschaft einen höheren Stellenwert einnimmt (S.4-5). Die Terminologie bezüglich des Themas Glück ist vielfältig und überschneidet sich in den Begriffen und ihren Bedeutungen oft, ist aber selten zu 100% deckungsgleich, manchmal bedingen sie sich auch. Die Ökonomie spricht von Wohlfahrt, Wohlstand oder Zufriedenheit, andere Gebiete nennen es Lebensqualität, Wohlbefinden – am Ende geht es um eines: das „gute Leben“ und seine Erforschung (S.5). Grünsteidl stellt fest, dass es keine Übereinstimmung, was Glück ausmacht, gibt (lediglich eine Annäherung; Anm. der Autorin). Sie sieht aber die SA als wichtige Akteurin bei der „Schaffung der objektiven Rahmenbedingungen für subjektives Glück“, so etwa indem sie die materielle Absicherung ihrer Adressatenschaft und deren soziale Einbindung fördert und sich für gerechte Teilhabe-Chancen engagiert (S.35). Dies deckt sich zum grössten Teil laut Autorin auch mit dem Auftrag und Selbstverständnis der SKA, lässt aber die Frage nach den spezifischen, glücksfördernden Anteilen der SKA offen.

## 5.2 Forschungsdesign und -verlauf

### 5.2.1 Art der Forschung

Es liegt im Wesen der SKA, mit Menschen direkt Kontakt aufzunehmen und einen Dialog zu führen, sie zu befragen, ihre Meinung und ihr Befinden aufzunehmen und zu reflektieren, um daraus weitere Schritte abzuleiten. Die Art und Weise des Vorgehens für diese qualitative Forschungsarbeit war denn auch explorativ, eine Art Feldforschung. Philipp Mayring (2016) beschreibt dies als „den Gegenstand bei der Untersuchung in seiner natürlichen Umgebung belassen“ (S.54), d.h. die Autorin als Forscherin ging in diese „natürliche“ Umgebung, direkt zu den Leuten, an ihren Workshop-Ort, an einen von ihnen gewünschten Treffpunkt in der Mittagspause, in ihrer Freizeit oder direkt an den Arbeitsplatz. So wurde eine möglichst entspannte, vertraute und passende Umgebung für alle Interviews gewährleistet. Auf diese Weise bekam die Autorin auch Einblick in den Ort des Geschehens, war stille Beobachterin und konnte später die in den Interviews gemachten Aussagen mit ihren Beobachtungen abgleichen.

### 5.2.2 Sampling (Stichprobenzusammenstellung)

Stichproben werden laut Marius Metzger (2009) nicht nach Belieben gezogen, sondern folgen bestimmten Regeln (S.1). Das Sampling in der qualitativen Forschung sollte möglichst heterogen sein, um eine Varianzmaximierung zu erreichen (Patton, 1990, S.172f.; zit in Metzger, 2009, S.1).

Für die Leitfadeninterviews wurde primär von der Theatergruppe, deren Mitglieder vielfältige Merkmale betreffend Herkunft, Biografie, Alter, Gender usw. aufweisen, ausgegangen. Dies entspricht, da sie sich (nach gegenseitigem, persönlichem Kennenlernen und Erklärungen zur BA-Thematik) bereit erklärt haben, für die Interviews zur Verfügung zu stehen, am ehesten dem Sampling durch Selbstaktivierung (Metzger, 2009, S.2). Es wurde darauf geachtet, zusätzliche Personen aus dem professionellen Umfeld, die direkt mit den Menschen in Projekten, Workshops, Kursen und bei Coachings arbeiten zu befragen und ihre Erfahrungen einzubeziehen. Es handelt sich um Fachkräfte des Theaters (1) (Schauspiel/ Regie), der SKA (1), der Sozial- resp. Theaterpädagogik (4) und der Psychologie (1). Diese Auswahl wurde aufgrund der Stichprobenzusammenstellung und des Untersuchungsgegenstands getroffen.

Die Tabelle (s. S.70) gibt einen Überblick über die teilnehmenden Personen.

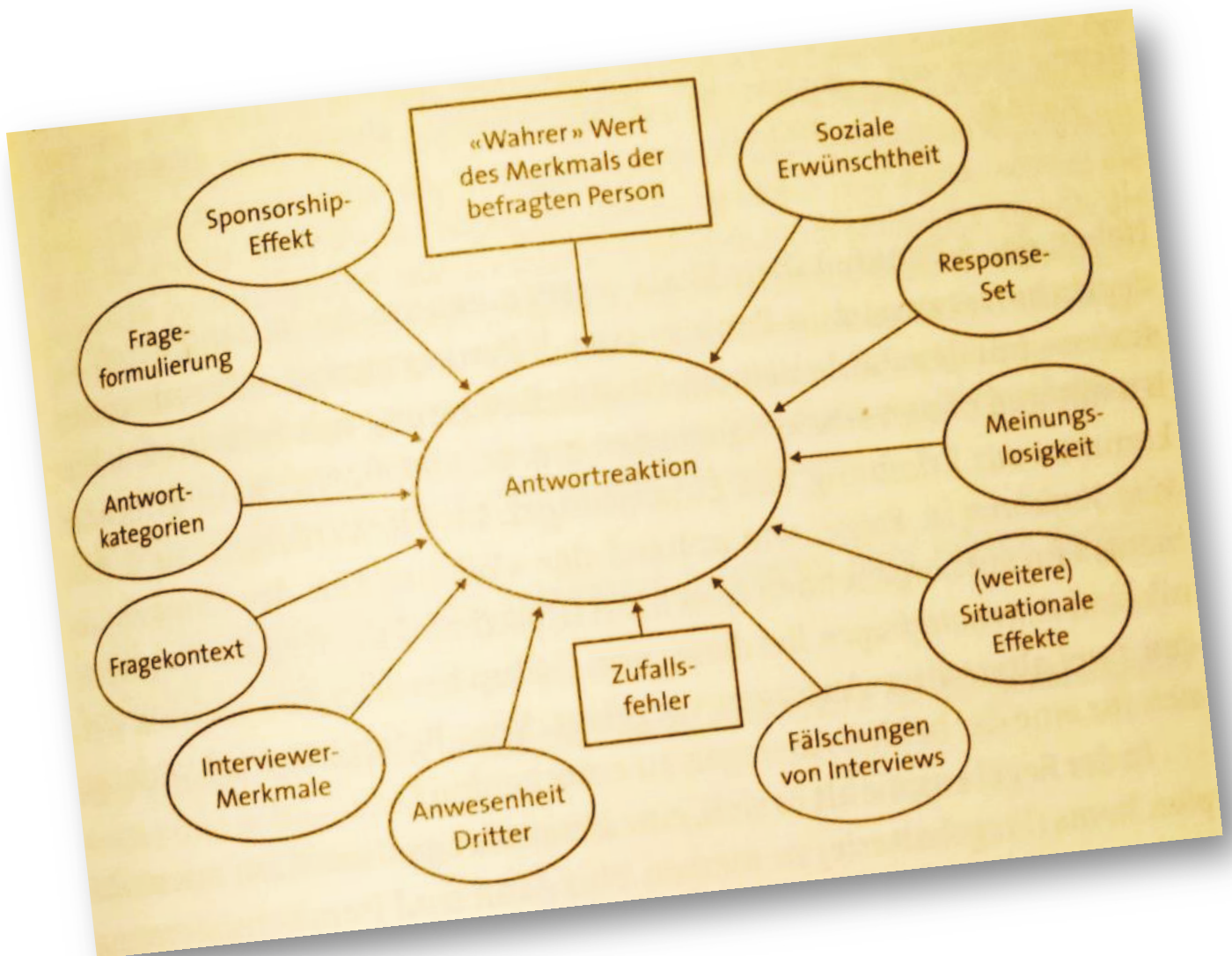


Abb.25 Diekmann (2014, S.471)

Interviews können auch verfälschte Daten generieren.

### 5.2.3 Feldzugang

Nach etlichen Kontaktnahmen im SKA-Gebiet ohne nachhaltigen Erfolg, konnte durch den Kontakt zu einer Verbindungsperson/Schlüsselperson (Hongler, 2008, S.7) das Theaterprojekt ausfindig gemacht und die Gruppe kontaktiert werden. Die Autorin besuchte im Vorfeld der Befragungen einen Workshop des Theaters Niemandland und stellte bei der Gelegenheit sich und ihr Anliegen vor, unterhielt sich mit den Teilnehmenden und sammelte die Kontaktdaten der Anwesenden. Die Interviewtermine wurden abgemacht und während mehreren Wochen Interviews an von den Befragten ausgewählten Orten durchgeführt. Der Kontakt zum Theaterworkshop ‚Theaterflucht‘ konnte am Durchführungsort durch die Autorin hergestellt werden. Mit den Berufsfachleuten ging die Kontaktnahme z. T. über Monate, bis ein passender Interviewtermin gefunden werden konnte. Die Befragten bestimmten Zeit und Ort der Interviews, wobei die Autorin in allen Fällen (was sehr intensiv war) allein arbeitete.

### 5.2.4 Datenerhebung

Die hauptsächliche Datenerhebung erfolgte über Interviews und wurde durch die teilnehmende Beobachtung gestützt.

#### 5.2.4.1 Interviews

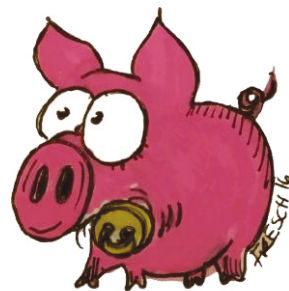
Die Datenerhebung durch Interviews aller Personen fand zwischen Juni und September 2016 statt. Mayring (2016) bezeichnet den verbalen Zugang zu Daten, so dass die Subjekte selber zu Wort kommen, als ‚besonders‘ in der qualitativen Forschung. Unter den verschiedenen Interviewformen hat die Autorin diejenige des **offenen, qualitativen und problemzentrierten Interviews** gewählt (S.66). D. h., dass zwar das Gespräch auf ein Themengebiet (die ‚Problemstellung‘, die durch die Interviewerin vorgängig erläutert wurde) zentriert ist und ein von der Interviewerin aufgrund der Analyse der Problemstellung erstellten Interviewleitfaden (s. Anhang) vorliegt, aber die interviewte Person kann frei antworten, was auf das Thema bezogen für sie bedeutsam ist (S.67).

Der Grundgedanke bei dieser Art Interview: Das Subjekt formuliert selber über den sprachlichen Zugang die Fragestellung auf dem Hintergrund subjektiver Bedeutung und diese wird so eruiert. Diese Art der Forschung bedingt eine entstehende Vertrauenssituation zwischen Interviewerin und Interviewten (S.69). Wie Mayring festhält, durchläuft das Gespräch zuerst allgemeine Sondierungsfragen, Einstiegsfragen in die Thematik, gefolgt von Leitfadenfragen, um dann darüber hinaus mit Aspekten konfrontiert zu sein, die im Leitfaden nicht zu finden sind (S.70).

Nach **Erstellung des Leitfadens** (laut Joachim Romppel, 2003, nach gründlicher Einarbeitung ins Thema, damit die wesentlichen Aspekte in der Fragenformulierung berücksichtigt werden; S.200-201), aufgrund der erarbeiteten Fragestellungen mit Fokus auf Glück, SKA und die drei Arbeitsprinzipien, fanden die Interviews alle an von den Interviewten gewünschten Örtlichkeiten statt und wurden als mp3-Datei aufgezeichnet für die spätere Transkription. Die Gesprächsdauer variierten zwischen 30 und 90 Minuten. Aufgrund der unterschiedlichen Deutschkenntnisse wurden die Fragen, wenn für das Verständnis notwendig, sprachlich angepasst.

In der Eröffnungsphase der Interviews stellte die Autorin sich und die Zielsetzung ihrer Bachelorarbeit (Thema, Zusammenhang) kurz vor. Sie informierte über Interviewdauer, Audioaufnahme und Anonymisierung der Interviewdaten, zu deren Verwendung sie das Einverständnis der Befragten einholte.

Zu Beginn der Hauptphase der Interviews wies die Autorin auf die sieben Themenblöcke hin und bat die Interviewten, mit einer kurzen Skizze zur Person (Herkunft, Alter, Bezug zum Projekt oder Berufsfeld) den Antworten einen Rahmen zu geben. In der Hauptphase liess die Autorin die Befragten frei sprechen, versuchte anhand der Leitfragen aber zu allen Themen Antworten zu erhalten.



Die Interviewten wurden (gemäss ihres Hintergrunds) zu Oberthemen (Werdegang/Herkunft, Glücklichein/Wohlbefinden, Psychologie, Bezug zur SKA, P-E-R sowie eigene Visionen und Wünsche betreffend Positive Psychologie, SKA und Glück) befragt.

Die Pilotphase (Mayring, 2016, S.71) fand beim ersten Interview im Juni statt. Danach wurde der Leitfaden nochmals überarbeitet und stärker strukturiert, was die Vergleichbarkeit der Interviews ermöglichte (Roppell, 2003, S.201).

#### 5.2.4.2 Nichtteilnehmende Beobachtung

Zur Abgleichung mit den Interview-Aussagen hat die Autorin an den Proben/Workshops als nichtteilnehmende, direkte Beobachterin (Schnell, Rainer, Hill, Paul B. und Esser, Elke, 2013, S.381) teilgenommen. Dabei wurde das Verhalten der Teilnehmenden beobachtet und notiert, um diese später mit den Interview-Aussagen zu vergleichen. Vorteil dieser Methode ist laut Andreas Diekmann (2014), dass „der Beobachter nicht gleichzeitig zwei Dinge tun muss“ (S.564).

##### a) Theater Niemandland

Die Aussagen der Interviewten über Gruppendynamik, -zusammenhalt und Umgangskultur, die positive Atmosphäre und den offenen Kommunikationsstil, fand die Autorin bei ihrer Beobachtung bestätigt.

##### b) Theaterflucht (Workshop)

Der erst am Anfang stehenden Workshop zeigte bereits positive Auswirkungen z. B. eine erstaunliche Nähe zwischen den Beteiligten, was durch die angewandten Methoden gefördert wurde. Auch hier deckten sich Beobachtung und Äusserungen der interviewten Personen.

### 5.3 Reflexion des Samplings und der Durchführung

Die kurze Reflexion des Samplings sowie der Durchführung soll die Zuverlässigkeit der Daten beleuchten und die mit Sampling und Durchführung verbundenen Schwierigkeiten darlegen.

Nach monatelanger Suche nach einem begleitbaren Projekt (Zeitpunkt, aktuelle Phase, Art des Projekts, Varianz der Teilnehmenden) in der SKA, konnte die Autorin dank eines beruflichen Kontakts an die Theatergruppe und somit genügend viele Interviews gelangen. Die Mitglieder reagierten sehr offen und wohlwollend auf die Anfrage und die Gespräche konnten in der darauf folgenden Zeit über mehrere Wochen verteilt stattfinden. Dadurch kam es zum Sampling durch Selbstaktivierung (Metzger, 2009, S.2; Kap. 5.2.4.1).

Die vielfältigen Hintergründe der Beteiligten verursachten z. T. kleinere sprachliche Schwierigkeiten, Zusammenhänge mussten umformuliert, Fragen einfacher gestellt und die Wortwahl angepasst werden. Die Interviews verkürzten sich dadurch ein wenig, lagen aber meist noch bei einer knappen Stunde. Motivation und Interesse bei allen Beteiligten blieb erfreulicherweise sehr hoch.

Während der Interviews konnte festgestellt werden, dass das Thema Glück alle beschäftigt, der Umgang damit aber aufgrund der bisherigen Lebenserfahrungen recht verschieden ist. Dank der angekündigten Daten-Anonymisierung schien niemand durch das Aufnahmegerät gehemmt zu sein. Bei den Fachpersonen aus Theater, Sozialpädagogik, SKA und Psychologie musste wegen terminlicher Überbelegungen für die Interviews z.T. Geduld aufgebracht und Wartezeiten in Kauf genommen werden. Jedoch machten nach diesen ersten Hürden alle Beteiligten bereitwillig mit. Zum Teil schienen sie ein wenig irritiert durch die narrativ anmutende Durchführung des Interviews. Sicherheit gab in diesem Zusammenhang die Tatsache, dass die Autorin ihnen im Vorfeld den Fragenkatalog gesendet hatte.



	Codes	Interviews
<b>Glück</b>	<b>71</b>	<b>13</b>
Naturerleben	4	3
Ästhetik, Kunst	22	7
Lebensqualität	88	9
Wohlbefinden	134	14
– Selbstwirksamkeit erleben	99	14
– Austausch	59	13
– Akzeptanz	129	7
– Geborgenheit	58	10
– Berührung	16	8
Zufriedenheit	40	14
– Ablenkung, Vergessen	19	13
Freiheit	39	12
– Sich selber sein können	98	14
– Selber entscheiden	56	14
– Raum haben	116	14
<b>Partizipation</b>	<b>109</b>	<b>11</b>
Gefragt werden	39	14
Aufgaben gemeinsam bewältigen	157	13
Teilhabe, Teil sein	67	14
Sich einbringen, Ideen anbringen	76	14
Teilnahme, teilnehmen, dabei sein	39	14
<b>Empowerment</b>	<b>122</b>	<b>14</b>
Bekräftigen	32	13
Befähigen	98	14
Ermutigen	69	13
Loben	16	8
Unterstützen	127	14
<b>Ressourcen</b>	<b>227</b>	<b>14</b>
Ressourcenorientierung	107	13
Zusammenarbeit interdisziplinär	65	9
Erfahrung	130	14
Entwicklung	145	14
Eigenschaften	85	12
Fähigkeiten	199	14
Finanz., mat. Ressourcen	52	11
<b>Sozial System</b>	<b>60</b>	<b>9</b>
Umfeld	96	13
– Niederschwelligkeit	50	12
– Exklusion	40	9
– Inklusion	122	14
– Diversität	129	13
– Vernetzung	100	13
Sozial Kontakte	71	14
– Gruppe Dynamik Rollen	185	11
– Vertrauen	72	10
– Bedürfnisse	180	11
– Beziehung	109	14
– Wertschätzung	143	14
– Aufgehoben sein	97	13
– Kommunikation Austausch	162	14
– Konflikte lösen	154	14
<b>Nachhaltigkeit</b>	<b>77</b>	<b>9</b>
<b>TOTAL</b>	<b>4858</b>	<b>14</b>

Abb.26  
Liste Codes/Begriffe  
(eigene Darstellung)



## 5.4 Datenaufbereitung

Die im mp3-Format aufgenommenen Gespräche wurden, damit die Texte zur Datenauswertung codiert und Textstellen nach Aussagen und Codes herausgefiltert werden konnten, zuerst transkribiert und anonymisiert. Nach Mayer (2004) ist das Erfassen von parasprachlichen Elementen, Stimmlage und Pausen, für die Datenauswertung nicht notwendig (S.46-47). Auch wurden die z.T. in Dialekt geführten Interviews allesamt in die deutsche Standardsprache übersetzt. Das kann zu geringfügigen Fehlerquellen führen, ist für die Auswertung aber dienlich.

Die ersten Transkripte wurden als Word-Datei erstellt und später ins MAXQDA-Programm importiert. Dort konnten u.a. automatische Zeitmarken hinzugefügt werden, was das mehrmalige Hören undeutlicher Stellen im Interview erleichterte.

Gleichzeitig wurden zusätzliche Informationen zu den Rahmenbedingungen der Interviews tabellarisch erfasst und der Samplingtabelle hinzugefügt (Kap. 5.2.2).

Vor der Datenauswertung hat sich die Autorin die Forschungsfragen nochmals verinnerlicht und die wichtigsten Begriffe für die Codings notiert. Diese sind in der Liste in Kap. 5.5 ersichtlich.

## 5.5 Datenauswertung

Für die Datenauswertung wurden die transkribierten Interviews nochmals gelesen, fortwährend Notizen (Memos) erstellt (was bei Udo Kuckartz, 2016, als Teil der initiierenden Textarbeit bezeichnet wird; S.56-57) und die einzelnen Interviews stichwortartig zusammengefasst, um Kurzprofile der Interviewten zu erhalten und Vermutungen/ Hypothesen festzuhalten.

Dann kam die Codierarbeit mit dem Programm MAXQDA (maxqda, 2016). Zuerst wurden die Kategorien („Codes Begriffe“) gebildet. Diese hat die Autorin aufgrund der Begriffe im erarbeiteten Theorieteil, dem Interviewleitfaden und teilweise direkt am Datenmaterial (bei der Transkription) gebildet. Kuckartz (2016) beschreibt dieses Vorgehen als Einbezug sog. A-Priori-Kategorienbildung und gleichzeitiger induktiver Kategorienbildung (S.64).

Die Autorin wendete ein System von Codes 1., 2. und 3. Ordnung an, was zu den Resultaten pro Code führte (s. Liste „Codes Begriffe“). Angegeben sind auch die Anzahl Interviews pro Code. Ausgehend von der Aussagehäufigkeit pro Begriff (Code), hat sich die Autorin gefragt, welchen Rückschluss auf die Wichtigkeit dies haben könnte. Kuckartz (2016) bezieht diesbezüglich klar Stellung, indem er festhält, dass die Häufigkeit nicht unbedingt mit Wichtigkeit gleichzusetzen sei. Durch das Zählen erhält man aber zusätzliche Informationen (S.54). Die Autorin findet, dass bei der Aussagehäufigkeit zum Thema Glück doch die in der Harvard Studie (Kap. 2.3.1) eruierten Faktoren (Hauptfaktor: gute Beziehungen) schon rein zahlenmässig bestätigt werden.

Die Vielfalt an Begriffen/Konzepten zu Glück-Wohlbefinden-Zufriedenheit hat die Autorin veranlasst, für die Codes der 2. und 3. Kategorie umschreibende und spezifizierende Begriffe zu wählen, um die Kernaussagen einkreisen zu können. Durch die selbst gewählte Sprache und eigene Sichtweise aufs Thema sowie die Offenheit der qualitativen Interviews ist nicht damit zu rechnen, dass immer die selben Begriffe verwendet werden (Kuckartz, S.55).

Für die Kodierung ist die Autorin in einem ersten Schritt die Interviews durchgegangen und hat Textstellen direkt den verschiedenen Kategorien zugewiesen. Im zweiten Durchgang wurden die Textstellen pro Kategorien in einem Dokument zusammengefasst, um anschliessend die Kernaussagen der Kategorien anhand von Zitaten dem Theorieteil dieser Arbeit gegenüber zu stellen. Dies hatte eine gewisse Loslösung von den Originaltexten zur Folge, da die Textstellen über eine Zusammenfassung der Kernaussage zugeordnet wurden. Daraufhin wurden die Aussagen innerhalb der Kategorien unter Einbezug von Anzahl und Priorisierung der Aussagen angeschaut und zugeordnet. Derart konnte die Autorin Bezüge schaffen und die Aussagen darstellen und interpretieren. In der Diskussion und der anschliessenden Schlussfolgerung (Kap. 6-7.2) flossen

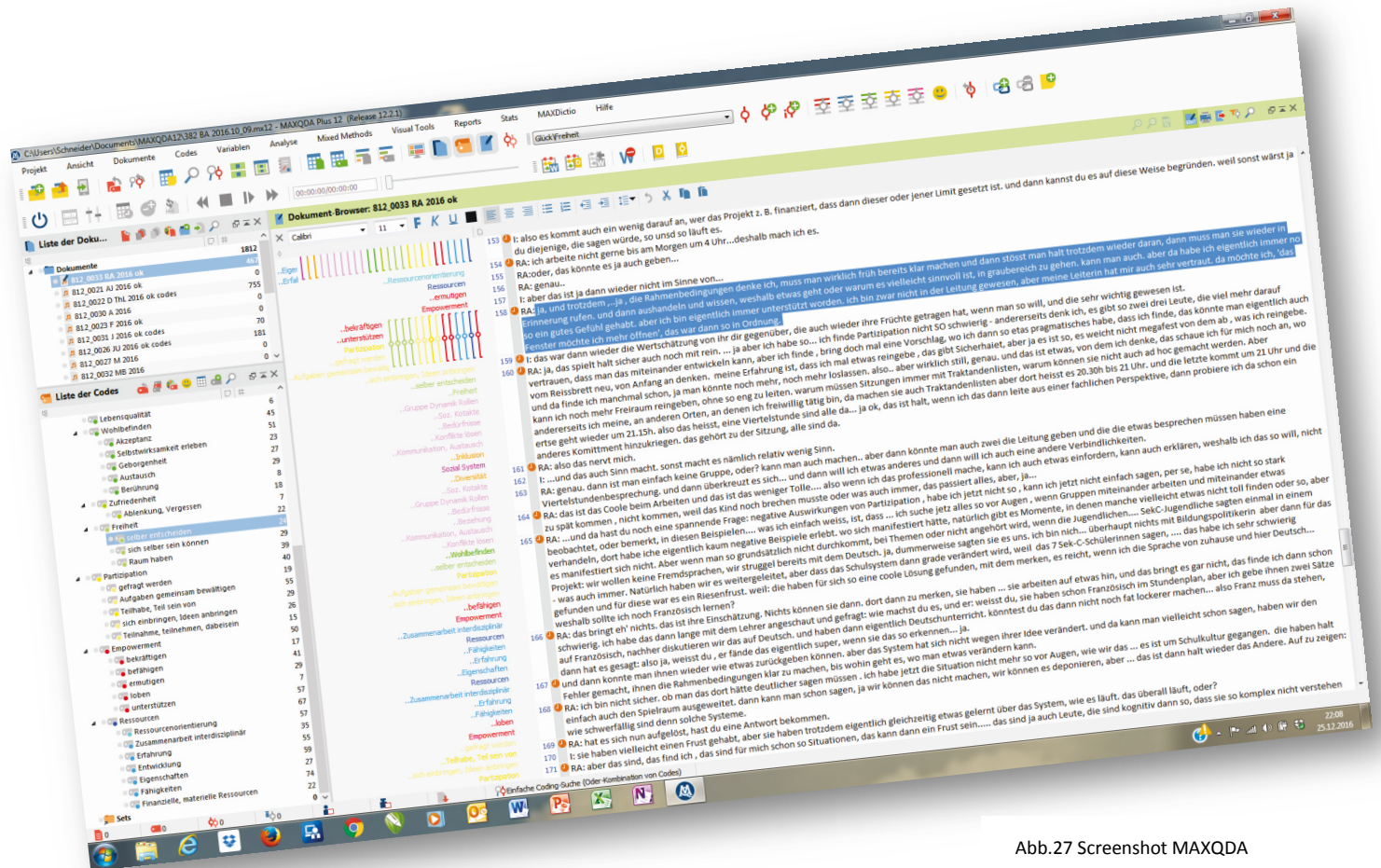


Abb.27 Screenshot MAXQDA

(Beispiele)		
Textstelle (Codierung)	Zuordnung über Code	Kategorie (Codesystem)
Gut, selbstverwaltet ist es nicht, da ist immer noch der D., der es leitet. (JU_18)	Stufen der Partizipation	Partizipation
Aber jeder kann mal etwas vorschlagen? Ist das wichtig für Dich, dass man das kann? J: Ja das macht mich zufriedener. (J_14/15)	Sich einbringen, Ideen anbringen	Partizipation
Und Krisen muss man durchschreiten. Und dann kommt der Glücksmoment, aber er kommt erst nach der Durchschreitung der Schwierigkeiten. und nicht vorher. und... (AJ_57)	Befindenskontinuum	Glück
Das passiert immer wieder. Das ist „saucool“, wenn man wirklich so im Element ist. Dann (...) sich einfach ... einfach .. der Energiefluss freigesetzt werden. Weisst du, was man nicht so erlebt im Alltag. Man ist dann voll in etwas drin, voll konzentriert, voll im Moment. (F_89)	Im Moment sein, Flow	Glück

Abb.28 Codierung  
(eigene Darstellung)

Überlegungen und Interpretationen zu den Interview-Ergebnissen mit den Erkenntnissen aus dem Theorieteil zusammen um die Fragestellungen abschliessend zu beantworten.

## 5.6 Forschungsergebnisse

In den folgenden Abschnitten werden die überindividuellen Ergebnisse aus dieser Studie dargestellt. Zuerst werden die Wirkungen aus der SA durch P-E-R auf den verschiedenen Ebenen (s. Kap. 4.5.2ff) den Aussagen aus den Interviews (ThA) gegenübergestellt und erste Schlüsse gezogen. Weiter werden die Aussagen aus den Interviews nach den Haupt- und Unterbegriffen dieser Forschungs-Arbeit geordnet dargestellt und mit Beispielen belegt.

	Anne Lützenkirchen (SA)	Interview-Aussagen (ThA)	Folgerungen Autorin
<b>Mikroebene (Individuum)</b>			
<b>Körperliche Ebene:</b>	Stress: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vermeidung</li> <li>- Ausgleich</li> <li>- Bewältigung</li> </ul> Verbesserung/Förderung: <b>Körperwahrnehmung</b> Gesundheit: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewusstsein</li> <li>- Verhalten</li> <li>- Kenntnisse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Körperwahrnehmung</li> <li>- Körperbeherrschung</li> <li>- Gewicht/Stimme</li> </ul>	Widerstands-Ressourcen stärken
<b>Emotionale Ebene:</b>	Stärkung/Verbesserung: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstwertgefühl</li> <li>- Selbstbestimmung</li> <li>- Selbstverantwortung</li> <li>- Selbstwirksamkeitserleben</li> <li>- Gefühlsbewältigung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstbestätigung</li> <li>- Selbsterfahrung</li> <li>- Geschützter Raum</li> <li>- gehört werden</li> <li>- eine Stimme haben</li> <li>- sich ausdrücken</li> </ul>	Entwickeln: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstwert</li> <li>- Identität</li> </ul> Einsamkeit/Isolation entgegenwirken <ul style="list-style-type: none"> <li>- Teilnahme</li> <li>- Teilhabe</li> </ul>
<b>Kognitive Ebene:</b>	Unterstützung/Förderung: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sinnfindung</li> <li>- Zielformulierung</li> <li>- Kreativität</li> <li>- Reflexions- und Kritikfähigkeit</li> <li>- Ressourcen-/statt Defizitorientierung</li> <li>- Entscheidungs-/und Problemlösungskompetenz</li> </ul> Stärkung: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identität</li> <li>- Kompensation sozialisations-/bildungsbedingter Defizite</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausdruck</li> </ul> Entfaltung/Entwicklung: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fähigkeiten/Ressourcen</li> <li>- Kommunikation</li> <li>- Austausch</li> <li>- Rollenspiel/Ausprobieren für/von Lebenssituationen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lernfeld</li> <li>- Lernraum</li> <li>- Dialogfähigkeit</li> </ul> Stärken: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kohärenz</li> <li>- Verstehbarkeit</li> <li>- Sinnhaftigkeit</li> <li>- Handhabbarkeit</li> <li>- Widerst.Ressourcen</li> </ul>



	Anne Lützenkirchen (SA)	Interview-Aussagen (ThA)	Folgerungen Autorin
<b>Mesoebene (Gruppen)</b>			
	<p>Förderung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Netzwerkarbeit</li> <li>- Sozialkontakte/ deren Pflege</li> <li>- Partizipationsmöglichkeiten (im Sozialraum)</li> <li>- Zugangsmöglichkeiten Sozialkapital</li> <li>- Sinnfindung</li> <li>- Sinnstiftung durch Schaffung von Ehrenämtern und Freiwilligenarbeit</li> <li>- Unterstützung Bürgerinitiativen (Verbesserung Lebenswelten, der Umwelt)</li> <li>- Naturerleben im Nahraum (Verbesserung Befindlichkeit)</li> </ul>	<p>Selbstentwicklung in der Gruppe erfahren</p> <p>Zusammen etwas aufbauen, bewegen und erleben</p> <p>Kontakte herstellen und pflegen/ Interaktion üben</p> <p>Begegnungsraum gestalten und mittragen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sozialkontakte üben</li> <li>- Empathie üben</li> <li>- Horizont erweitern</li> <li>- Toleranz üben</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mitbauen helfen</li> <li>- sich einbringen lernen</li> </ul> <p>Ressourcen beisteuern zu gemeinsamem Projekt</p> <p>Ermutigung gegenseitig</p> <p>Support durch und für Gruppe</p> <p>Kommunikation Austausch</p> <p>Lösungsorientiert zusammenarbeiten</p> <p>Umgang mit Nähe und Distanz</p> <p>Zusammen etwas aufbauen, bewegen und erleben</p> <p>Gruppenkultur mit erschaffen</p> <p>Lernfeld/Lernraum</p> <p>Geschützter Raum</p>	<p>Gruppe</p> <p>Demokrat. Prozesse</p> <p>Partizipation</p> <p>Teilnahme</p> <p>Teilhabe</p> <p>Kommunikation</p> <p>Lernfeld/Lernraum</p> <p>Geschützter Raum</p> <p>Vernetzung</p> <p>Partizipation</p> <p>Empowerment</p> <p>Dialogfähigkeit/ Konfliktfähigkeit üben</p> <p>Beziehungen</p> <p>Regeln</p>



	Anne Lützenkirchen (SA)	Interview-Aussagen (ThA)	Folgerungen Autorin
<b>Makroebene (Gesellschaft)</b>			
	Verbesserung/Schaffung: <ul style="list-style-type: none"> <li>- glücksfördernder sozialpolitischer und struktureller Rahmenbedingungen</li> <li>- Chancengleichheit</li> </ul>	Demokratische Prozesse leben Themen in gesellschaftliche Diskussion einbringen Verständnis und Toleranz wecken Dialog zwischen Gruppen anregen Kultur mitgestalten Anstossen von Entwicklungen, Einbringen von neuen Ideen oder Blickwinkeln	Gesellschaftlichen Wandel unterstützen durch kulturelle Beiträge Integration fördern Gesellschaftliche Kohäsion stärken Gesellschaft mitformen Gesellschaftlich etwas beitragen/ bewegen Empowerment gesellschaftlicher Gruppen durch Diskussion, Thematisieren, Enttabuisierung, Kulturarbeit Gestaltung und Umformen von gesellschaftlichen Strukturen durch Kulturarbeit



Abb.29 (eigene Darstellung)

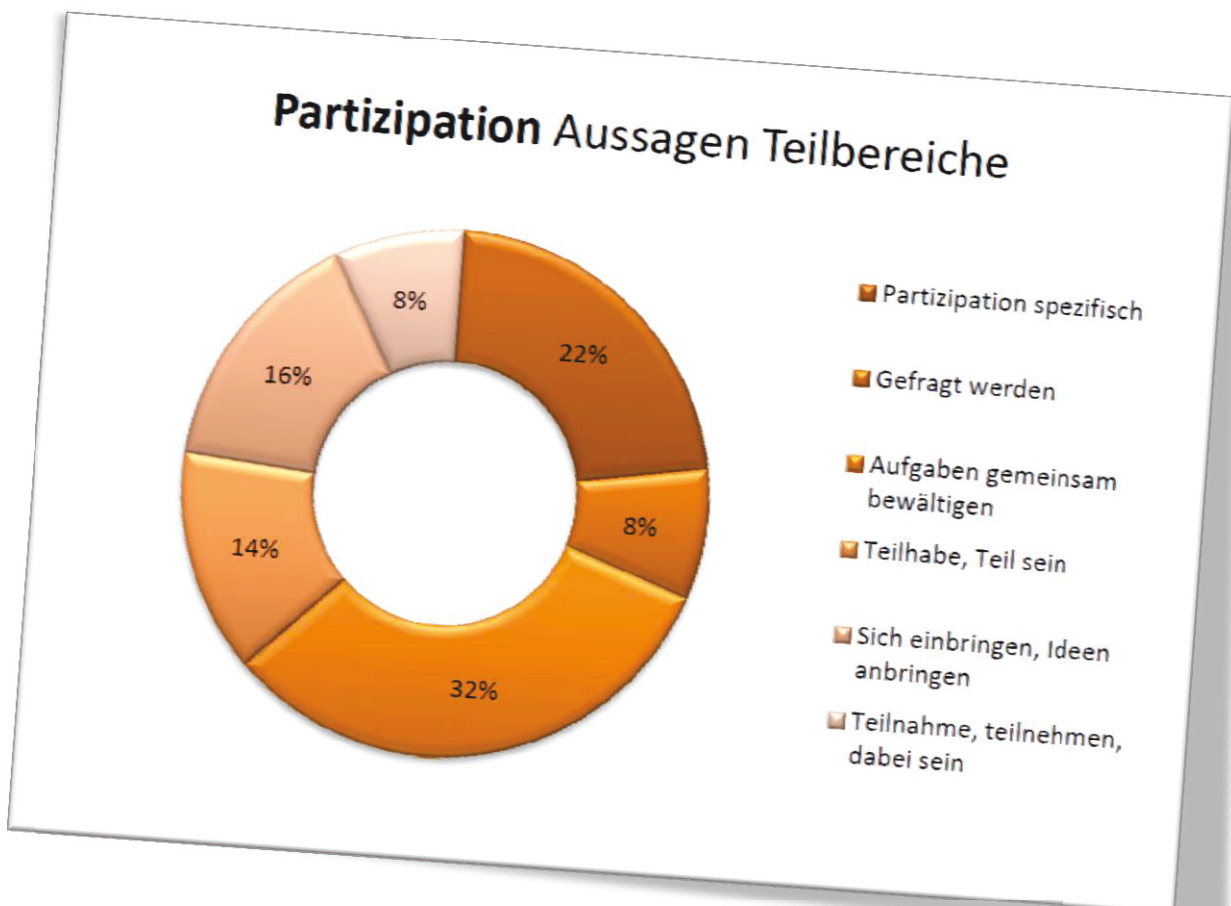
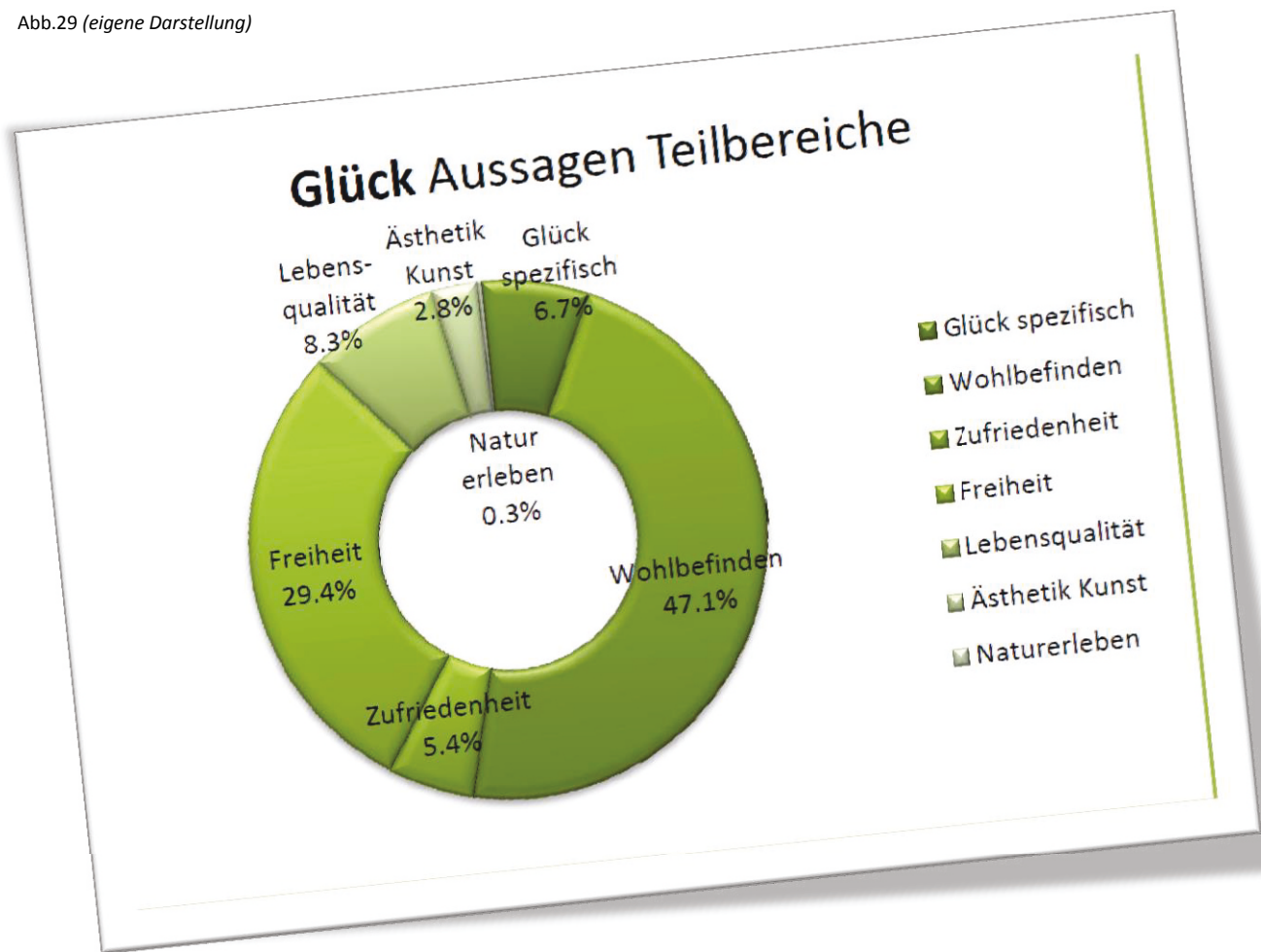


Abb.30 (eigene Darstellung)



#### ♣ Glück

Betreffend **Glück** und dessen Einschätzung wurde das Wohlbefinden am stärksten betont. Dies bezog sich nicht allein auf die Anzahl Nennungen, sondern auf die Wichtigkeit für die Befragten. Wichtig für das Wohlbefinden ist demnach, dass die Befragten Akzeptanz, Geborgenheit und Selbstwirksamkeit erleben. Ebenfalls wichtig waren die Begegnungen und Freiheit, u.a. sich selbst sein zu können.

*Und Krisen muss man durchschreiten. Und dann kommt der Glücksmoment, aber er kommt erst nach der Durchschreitung der Schwierigkeiten. und nicht vorher. (AJ\_57)*

*Das ist sicher auch etwas, was das Glück oder Wohlbefinden positiv beeinflusst. Oder man merkt, dass man etwas schaffen, kreieren kann, oder auch den Leuten Freude machen kann. Oder, jetzt gerade beim letzten Stück, die Leute zu Tränen bringen. Etwas mitgeben, zum Denken anregen. (F\_86/87)*

*Mein Herz ist immer dabei, wenn nette Menschen dabei sind, egal aus welcher Kultur und um was es geht. Das macht mich immer glücklich.(JU\_40)*

*ich habe vielleicht keine Arbeit aber ich bin doch beim Theater! Das ist meine Arbeit. Aber ich sehe das nicht als Arbeit, es macht mich glücklich und ich lebe das und ich liebe das und es bringt mir Frieden! (M\_30)*

#### ♣ Partizipation

Die Aussagen zur **Partizipation** hatten einen Schwerpunkt: Zentral ist, dass Aufgaben gemeinsam bewältigt werden. Dieses gemeinsame Schaffen löst demnach glückliche Emotionen aus. Auch sehr positiv wurde Partizipation als Arbeitsform bewertet. Die Befragten waren damit wohl und glücklich. Sofern Ideen eingebracht werden konnten und Mitbestimmung gefragt war, stieg die Zufriedenheit an. Durchweg positiv wurden das „Teil sein von“ und die Teilnahme an sich gesehen. Damit fühlen sich ausnahmslos alle sehr wohl.

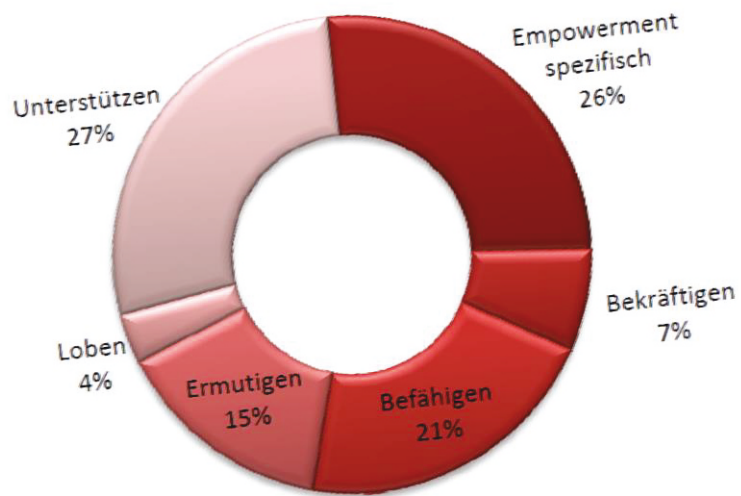
*Theater funktioniert nicht allein. NIE. es gibt immer einen Austausch. IMMER! in der Gruppe, wenn man ein Ensemble ist, dann mit dem Licht, mit dem Ton, mit den Bühnenbildnern oder oder oder... und dann mit dem Publikum. es ist immer ein Austausch.(AJ\_23)*

*Man hat Phasen im Leben, da hat man auch gar nicht die Kraft, alles zu geben. Aber es sind alle Teile wichtig. Wenn man nicht auf der Bühne schaffen will, dann bei der Bühne aufbauen. (P\_42)*

*Likert hat zu diesem Thema geforscht und gesagt, dass der partizipative Führungsstil der wirksamste sei und wird heute auch zum Teil gelebt.(MI\_89)*

Abb.31 (eigene Darstellung)

## Empowerment Aussagen Teilbereiche



## Ressourcen Aussagen Teilbereiche

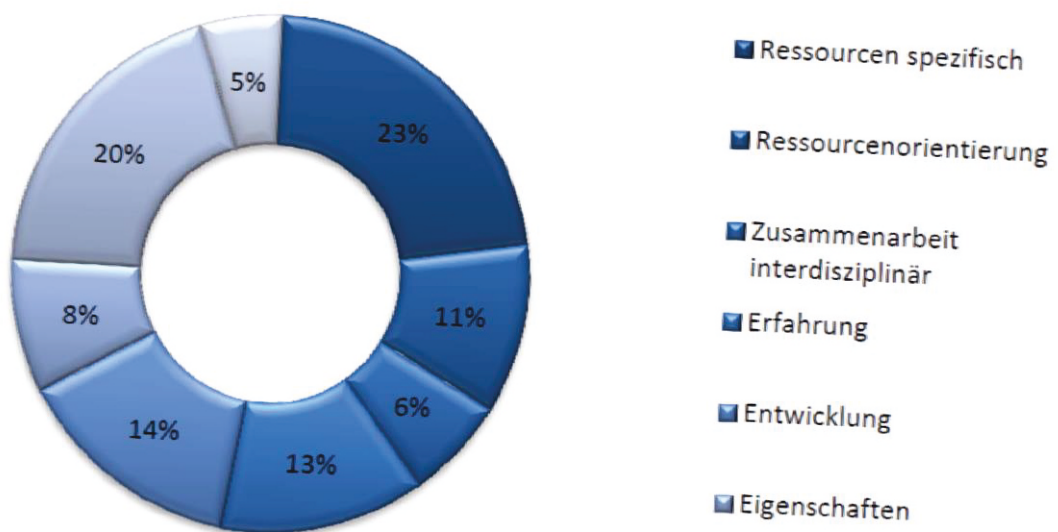


Abb.32 (eigene Darstellung)

#### ♣ Empowerment

Die Aussagen betreffend **Empowerment** ergaben, dass das Wohlbefinden der Befragten steigt, indem sie Unterstützung in ihrem Sein und ihren Taten erfahren. Wichtig, um das Wohlbefinden zu heben, sind ermutigende Worte und befähigender Support. Für das Wohlbefinden nicht ganz so zentral wurde das Loben eingeschätzt.

*Empathie, das ist ganz wichtig. aber Bedauern gibt es nicht. weil... es hilft nicht. das Bedauern. und ich versuche, dass natürlich, das was aufbricht, sich sofort in einen , .... in etwas umsetzen, das ist ganz wichtig. also, dass das nicht gefangen bleibt, dass das rauskommt, das ist gut, aber dass das in Form gebracht wird. das ist ganz wesentlich.(AJ\_39/41)*

*...wir müssen eine Welt erfinden.(...) Ich sehe auch die Flüchtlinge (...) haben keinen Status (...). Ich sehe den Integrationsprozess bei uns, wie sie sich verändert haben, wie sie mehr vertrauen, das Gefühl gewonnen haben, dass man mit der Theatergruppe etwas machen kann, dass wir auch lernen können. (D\_30)*

*Wenn die Leute sich „safe“ fühlen. Wenn du Schwimmen lernen willst, dann brauchst Du einen Rettungsring und irgendwann geht es ohne. Das ist für mich empowerment. Menschen helfen sich auf dem Weg, sich selbstständig zu machen, (...) es kann auch Kochen sein oder an einem Text schreiben(D\_42)*

#### ♣ Ressourcenorientierung

Die **Ressourcenorientierung** wird als positiv erlebt. Jeder kann sich nach seinen Fähigkeiten und Möglichkeiten einbringen, was zu Selbstbestätigung führt und Leistungsdruck kaum aufkommen lässt. Glücklich zeigen sich die Befragten über die Möglichkeiten, Erfahrungen zu machen und sich weiterentwickeln zu können, dies in einem geschützten Rahmen. Einzig das Geld macht Sorgen.

*Man sieht es ja an den Quartiertreffs, dass im sozial-kulturellen Bereich immer mehr gespart wird. Es wäre jedenfalls unrealistisch zu sagen, dass in Zukunft so was viel besser unterstützt wird. Dann machen wir es eben im kleineren Stil. Vielleicht spielen wir dann einfach am Rhein mit einfacheren Mitteln. (MB\_56)*

*Die Idee hatte ich schon lange im Kopf. Dann habe ich D davon erzählt und er sagte, ich soll es mal aufschreiben. D. fand es gut und so habe ich es fertig geschrieben. So haben wir nachher ein Theaterstück daraus gemacht. Die Kostüme haben wir alle selber gemacht. Es haben sich alle sehr viel Mühe gegeben. (P\_14)*

*... dass Gesundheit, Wohlbefinden der Leute MASSIV steigt, wenn sie wissen, dass es ein Grundeinkommen geben würde, das sie schützt. wenn es nicht mehr geht. dass dann überhaupt die ganzen Leistungen und die Zufriedenheit viel höher ist. das ist unglaublich! ...auf so etwas hinarbeiten, damit es den Leuten entsprechend gut geht. (RA\_211)*

Abb.33 (eigene Darstellung)

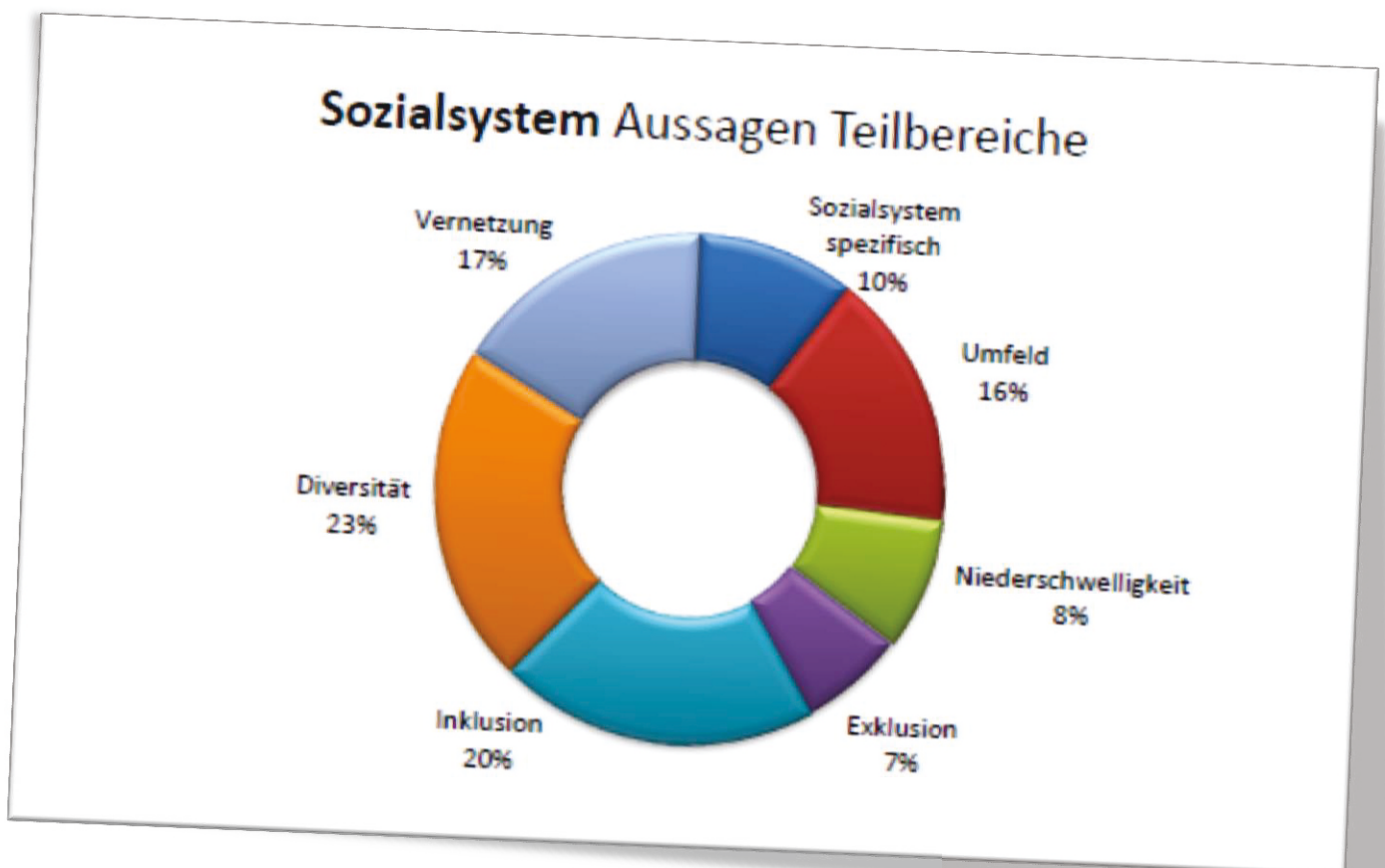
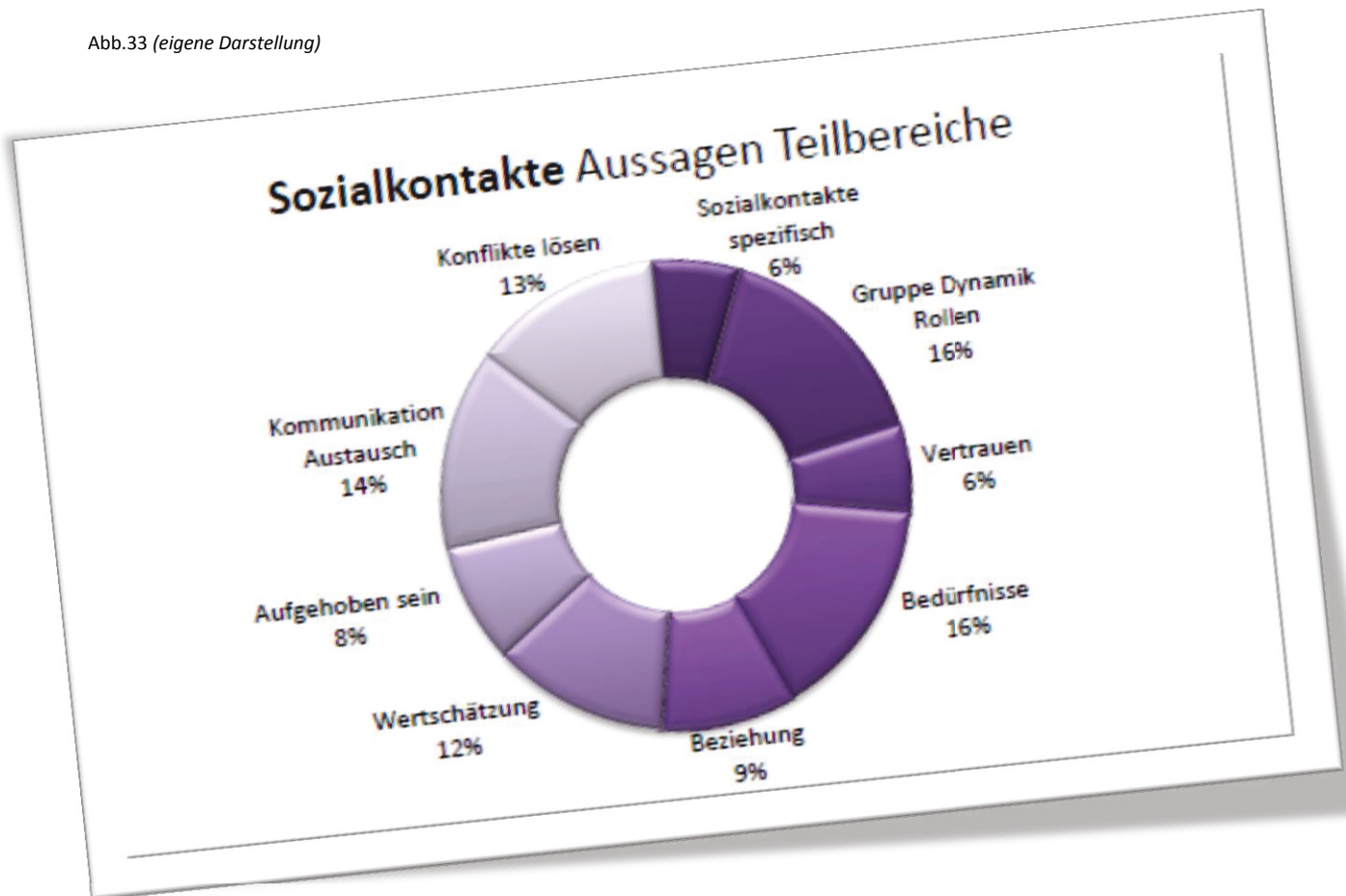


Abb.34 (eigene Darstellung)

#### ♣ Sozialkontakte

Übereinstimmend äussern sich die Befragten über die glücksfördernde Wirkung von Kommunikation und Austausch in der Gruppe. Ein weiterer sehr wichtiger Glücksfaktor ist die Wertschätzung. Wertschätzung in der SKA, unabhängig von Status und Stellung der Menschen, wirkt glücksfördernd. Bei den Befragten zeigt sich, dass die Befriedigung der Sozialbedürfnisse, Beziehungen und auch die Möglichkeit, Konflikte in diesem Rahmen zufriedenstellend zu lösen, Wohlbefinden erzeugen. Man fühlt sich aufgehoben und das gegenseitige Vertrauen ist hoch. Die Lebendigkeit und Auseinandersetzung mit der Gruppe, deren Dynamik und den Rollen, wird in der Regel positiv gesehen.

*Die Vertrautheit die wir hier zwischen einander haben, die hat man nicht draussen oder im Geschäftsleben. Da kann man nicht mit so einer Offenheit aufeinander zugehen. Die Vertrautheit ist ja auch auf einen gewissen Respekt aufgebaut. Dagegen ist es im Geschäftsleben so, dass der Respekt gar nicht da ist und auch keine Vertrautheit. man kann in DER Offenheit gar nicht miteinander reden. (...)..... es wird nicht geschätzt.(P\_26)*

*Auch wenn das Team sehr heterogen ist, kann etwas Dominantes eine sehr wichtige Rolle spielen indem man die Führung übernimmt, (...), die Leute auch etwas wachrüttelt. Das ist dann gut! Aber man sollte dann nicht so dominant sein, dass am Ende jemand eingeschüchtert ist. Das wäre eine negative Dominanz.(MI\_103)*

*Doch aber sonst wäre es ja auch langweilig. Konflikte gehören doch auch dazu, um glücklich zu sein. Da hat es auch schon mal richtig gepfeffert.(JU\_42)*

#### ♣ Sozialsystem

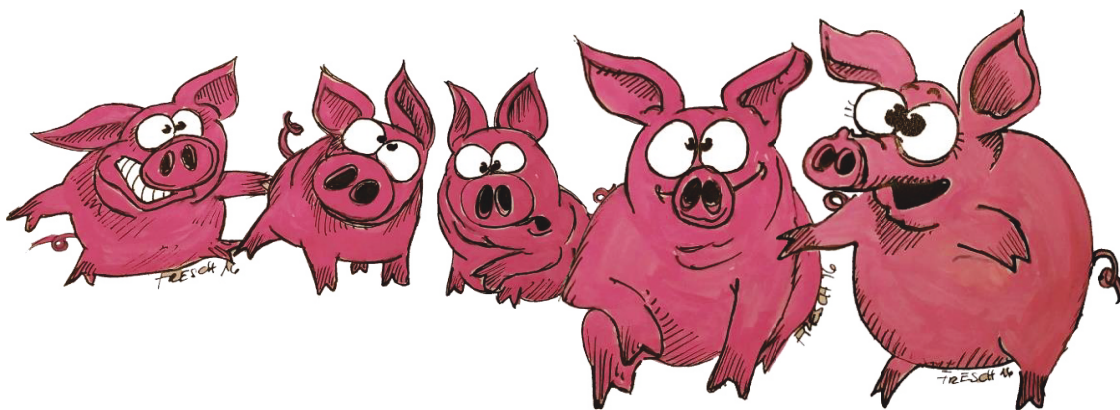
Übereinstimmung herrscht bei den Befragten darüber, wie positiv sie Inklusion erleben und dies, obwohl sie sehr verschieden sind (Diversität). Die Verschiedenheit wird von allen als Pluspunkt fürs Wohlbefinden in der Gruppe angesehen, da dadurch die Kontakte interessant werden. Dass die entstandene, zunehmende Vernetzung dem Wohlbefinden zuträglich ist, deklarieren die meisten. Die Vernetzung zum weiteren Umfeld wächst dann ebenfalls. Etliche der Befragten zeigen sich froh darüber, dass der Zugang zum Angebot niederschwellig ist.

*...die Frage von Glück und Zufriedenheit ist nicht so einfach... auseinanderzuhalten wenn so die Grundbedürfnissorgen gedeckt sind, dann kann man zu einer Zufriedenheit kommen, und da weiss man, wenn das Netzwerk stark ist, dass dies passieren kann.(RA\_46)*

*Verändert... ich habe meine Geschichte vorher fast niemanden erzählt. Aber ich hab sie auf der Bühne zuerst gesagt. ich finde das gut.(MO\_20)*

*Ich habe Kontakt zu den Leuten, die mit mir auftreten gefunden, aber auch zu Leuten, die ein zwei mal zur Theatergruppe nur schauen gekommen sind.(MO\_30)*

*Ich habe viele positive Erfahrungen mitgenommen, dass man in einer internationalen Gruppe zusammen etwas macht. Leute aus 10 Staaten, das gleiche Ziel. Nämlich Theaterspielen, gut drauf sein, miteinander Spass haben.(MB\_35)*





## D – RELEVANZ UND PERSPEKTIVEN FÜR DIE SKA

### 6 DISKUSSION DER ERGEBNISSE

In diesem Kapitel diskutiert die Autorin die Ergebnisse aus den Datenerhebungen. Dies dient der Beantwortung der eingangs in Kapitel 1.3 festgehaltenen vierten Fragestellung, der eigentlichen Forschungsfrage:

#### 4 – Kann die SKA

*Menschen durch die Arbeitsprinzipien Partizipation, Empowerment, Ressourcenorientierung (P-E-R) beim Glück(lich)werden unterstützen?*

#### 6.1 Interpretation

Die Ergebnisse aus der qualitativen Befragung zeigen auf, dass die Arbeitsprinzipien P-E-R eine **Wirkung auf das Wohlbefinden** der Beteiligten haben. Diese erleben durch diese Arbeitsweise **Wertschätzung, Akzeptanz** und ein **Aufgehobensein** im jeweiligen Kontext. Ihre Ressourcen, Beiträge und Fähigkeiten werden als wertvoll, sinnhaft und identitätsbildend erfahren. Und sie erhalten den **Raum für neue Erfahrungen, Aktivität** und Lernen, sei dies sachlicher Natur oder die Persönlichkeit betreffend. Durch diese Erfahrungen (auch in Gruppen, deren wohltuenden - Sozialbeziehungen, Sozialbedürfnisse - und herausfordernden - Konfliktlösung, Prozessbewältigung - Dynamik), wird für alle Beteiligten eine **Stärkung des Kohärenzsинns** (Sinnhaftigkeit, Versteh- und Handhabbarkeit von Situationen), der massgeblich **Gesundheit** und **Lebensbewältigung**, also auch das **Wohlbefinden im Leben** beeinflusst, wirksam.

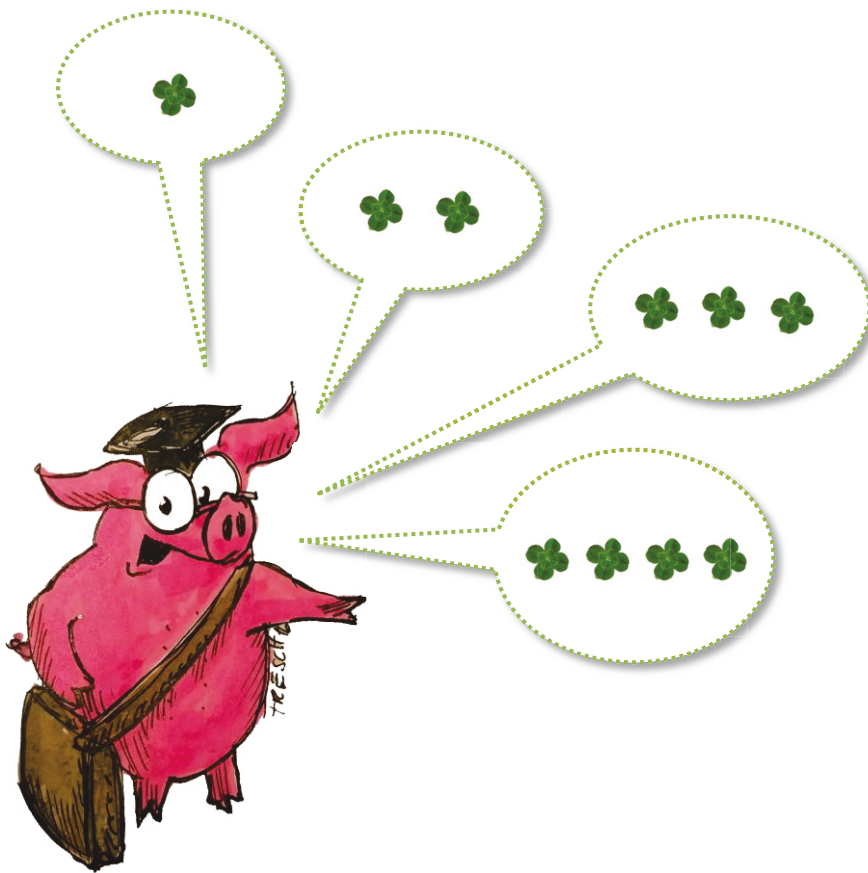
Durch P-E-R haben die Beteiligten die **Freiheit, Entscheidungen** zu üben und zu treffen, werden aufgefordert, sich und ihre Ideen einzubringen und sind dadurch **im Alltag besser befähigt**, mit schwierigen Situationen **proaktiv** umzugehen, was **Selbstwirksamkeit** erzeugt. Das Eingebundensein in ein grösseres Ganzes wird durch die **Wertschätzung** der einzelnen Beiträge und verschiedenen Mitstreitenden (Diversität) als **erfüllend, bereichernd**, aufbauend und nährend empfunden.

Sie erhalten **Ermutigung** und Unterstützung in einem **geschützten Raum** und werden in ihrem Sein und ihrer Eigenart **bestätigt/wertgeschätzt**, was unmittelbar **Wohlbefinden** auslöst und das **Selbstwertgefühl** aufbaut. Die leicht zugängliche Teilnahme- und **Vernetzungsmöglichkeiten (Niederschwelligkeit)** sowie die **Begegnungen auf Augenhöhe**, spielen für das Wohlbefinden in der Situation ebenfalls eine tragende Rolle.

#### 6.2 Abschliessende Stellungnahme

Die SKA ist nicht primär für das materielle Wohl im sozialen Umfeld zuständig, wohl aber, dass Menschen geschützten Raum finden, um sich zu begegnen, sich auszutauschen, sich zu entfalten, zu erstarken, Veränderungsbedarf entsprechend ihren Bedürfnissen zu formulieren und diesen ggf. proaktiv anzugehen.

Dazu bietet die SKA Begleitung, Hilfestellung, Ermutigung, Übungsfelder und Entfaltungsräume, die mithelfen, Glückserleben im Sinn von ‚Wohlbefinden in seiner Haut und seinem Leben‘ zu ermöglichen. Im Theater Niemandsland scheint dieser Prozess, wie die Autorin aus den Ergebnissen der Befragung und den Begegnungen selber schliesst, zu gelingen. Niemandsland ist ein Beispiel, wie die Wirkung von P-E-R auf das Wohlbefinden sein kann. Getragen wird dieser Prozess von der gegenseitigen Haltung basierend auf authentische Begegnungen auf Augenhöhe, Akzeptanz, Wertschätzung von Personen und ihren Ressourcen, Achtsamkeit im Umgang miteinander und der Sache. Dies sind Voraussetzungen, die auch dem Wohlbefinden förderlich sind. Durch diese Atmosphäre, das Projekt



und den Umgang, lassen sich auch Alltagshärten mildern (Arbeitslosigkeit, Blockiertsein durch Aufenthaltsstatus, berufliche Perspektivlosigkeit, prekäre finanzielle und materielle Situation usw.). Es entstehen Momente von Glück und ein Wohlbefinden im Alltag, da man eine Stimme und Ausdrucksmöglichkeiten sowie eine Aufgabe und Bestätigung erhält. Und: die Exklusion nimmt ein Ende. Kontakte, Beziehungen und Vernetzung ebnen auch den Weg in die weitere Gesellschaft, ins weitere Leben.

Auf diese Weise können im Theater oder anderswo durch P-E-R und eine menschlich wertschätzende Haltung Schritte in Richtung ‚Glück‘ geschehen.

## 7 SCHLUSSFOLGERUNG FÜR DIE SKA

Zur Beantwortung der eingangs gestellten Fragen dienen der Autorin die in den vorhergehenden Kapiteln erarbeiteten Zusammenhänge aus den Forschungsergebnissen und den Theoriebezügen.

### 7.1 Beantwortung der Fragestellungen

Zusammenfassend lassen sich die anfangs vorgestellten Fragestellungen

*1 - Was wird unter Glück/Glücklichsein verstanden?*

*2 - Weshalb brauchen Menschen Glück/Glücklichsein und sehen es als erstrebenswertes Ziel?*

*3 - Wodurch lässt sich feststellen/ begründen, ob es Aufgabe der SKA ist, Menschen zum Glücklich(er)werden zu begleiten?*

*4 – Kann die SKA Menschen durch die Arbeitsprinzipien Partizipation, Empowerment, Ressourcenorientierung (P-E-R) beim Glücklich(er)werden unterstützen?*

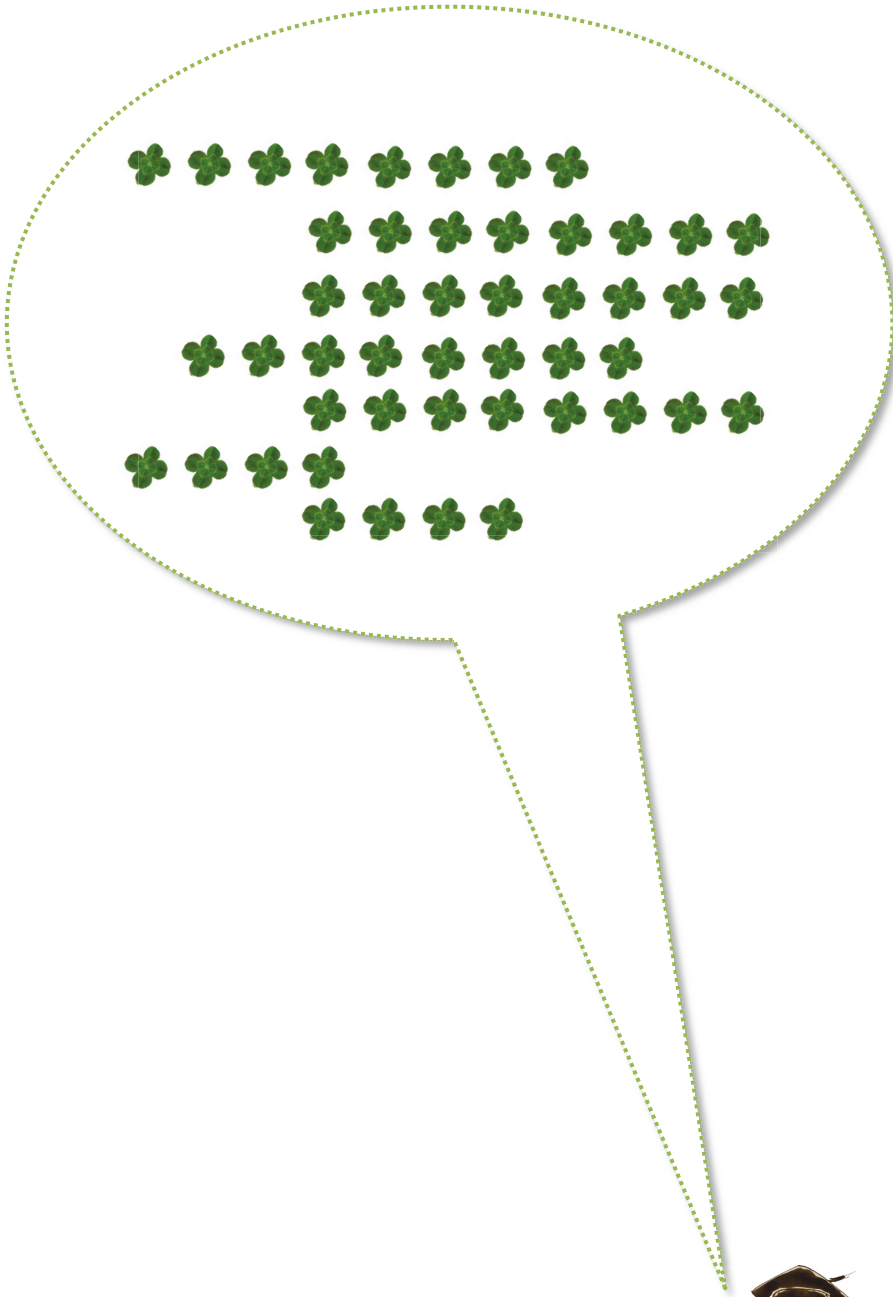
wie folgt beantworten:

Die Frage nach dem Glück und was darunter verstanden wird (Fragestellung 1), ist keine einfache, wie aus den Kapiteln 2-2.6 hervorgeht. Je nach Fokus, gesellschaftlichen Werten, Zeitalter oder Fachgebiet werden andere Begriffe genannt, andere Details in den Mittelpunkt gerückt. Was allen gemeinsam ist: es geht um das „gute Leben“, die Lebensbewältigung und –führung, möglichst handhabbar und dem Wohlbefinden dienlich. Sich entfalten können und das beste aus der Situation zu machen, liegt der Glücksfrage zugrunde.

Ab Kap. 2.7 hat die Autorin dargestellt, dass der Mensch als soziales Wesen und durch sein Menschsein bestimmte Grundbedingungen (die wiederum abhängig von seiner aktuellen Situation und den eigenen Priorisierungen sind) benötigt, um sich wohl zu fühlen. Aus diesem Grund sind alle Bestrebungen Richtung Glück und Wohlbefinden ‚lebensnotwendig‘ und dadurch wichtig, also erstrebenswert.

Dass der SKA eine Funktion und Aufgabe in der ‚Glücksförderung‘ zukommt (Fragestellung 3), lässt sich anhand des Kapitels 3 feststellen. Durch die angestrebte Befähigung der Menschen zu einem besseren Leben und ihre Grundhaltung, die sich dem Berufskodex, der sich auf die Menschenrechte und die Grundrechte der Schweiz beruft, verpflichtet sich die SKA, dahingehend zu wirken, dass das „gute Leben“ auf allen Ebenen und im Sinne des bio-psycho-sozio-kulturellen Menschenbilds, vom Individuum bis zur Gesellschaft gefördert wird.

Anhand der qualitativen Forschung konnte die Verfasserin aufzeigen, dass die Arbeitsprinzipien P-E-R glücksfördernde Wirkung entfalten (Fragestellung 4), indem sie Menschen wertschätzen und gemäss



ihren Fähigkeiten einbinden, aktivieren, ermutigen und dadurch befähigen. Auf diese Weise erleben Menschen Selbstwirksamkeit und Sinnhaftigkeit, können durch Austausch mit andern und Engagement vieles besser verstehen, sich für ihre Anliegen einsetzen und werden zudem in ihre Lebenswelt stärker integriert. Dies alles sind, wie die theoretischen Ansätze in Kapitel 2 aufzeigen, wichtige Faktoren, um sich glücklicher und wohler im Leben zu fühlen.

## 7.2 Schlussfolgerungen für Profession und Praxis

Natürlich hat auch die SKA kein ‚Wundermittel zur Glücksförderung‘ zur Hand. Dennoch sind etliche Ansätze zur Förderung, Befähigung, Begleitung von Menschen und Gruppen in Richtung „glücklicher werden“ durch die untersuchten Arbeitsprinzipien bereits gegeben.

Die SKA hat die Möglichkeit, Brückenbauerin und Drehscheibe zu sein, durch ihr Wirken (auf den verschiedenen Gesellschaftsebenen) wichtige Vermittlungs-, Vernetzungs-, Integrations- und Fördergrundlagen zu bieten - gestützt auf ihren theoretischen Hintergrund und durch vermehrte interdisziplinäre Zusammenarbeit (z. B. Richtung Gesundheitsförderung).

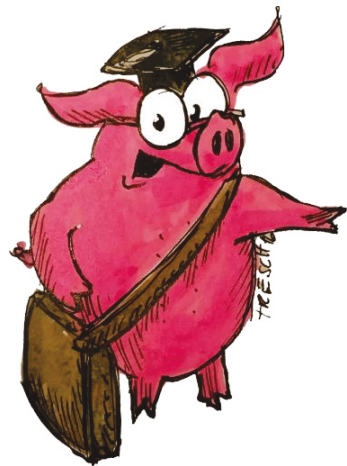
Beginnend mit einer wertschätzenden und dennoch kritischen Haltung, Aufmerksamkeit, Achtsamkeit, Offenheit, Flexibilität und Agilität gegenüber Menschen, Gruppen und der Gesellschaft, ist die SKA somit durchaus in der Lage, dem Wohlbefinden, Wachstum und positiven Entwicklungen Raum zu geben.

Wie diese Arbeit aufzeigt, beginnt die Aufgabe in der Begegnung mit Menschen auf Augenhöhe, durch die von Wertschätzung und Offenheit geprägte Haltung. Die SKA kann dadurch zur Vertrauens-, Informations-, Kontakt- und Unterstützungsstelle werden, die mit Flexibilität und Mobilität nahe an den Menschen und ihrer Lebenswelt ist. Mittels Öffentlichkeitsarbeit (u.a. durch Publikationen, Events, Aufgreifen von gesellschaftlichen Themen, Information) und Begegnungsmöglichkeiten kann die SKA zudem zu gesellschaftlichem Wohlbefinden, Toleranz, Integration und Kohäsion beitragen. Die Autorin findet es wichtig, dass das Thema Glück im Sinne von Wohlbefinden, Lebensqualität und guter Lebensbewältigung weiterhin öffentlich im Bewusstsein bleibt und der fachliche Diskurs rund um glücksfördernde Faktoren, Interventionsmöglichkeiten seitens der Professionellen Sozialer Arbeit ausgeweitet wird. Wünschenswert wäre, dass die SKA die innerprofessionelle Vernetzung und Zusammenarbeit mit der Sozialarbeit und der Sozialpädagogik ausbauen würde, damit gemeinsam die ‚glücksgenerierenden‘ Einflussfaktoren bestmöglich abgedeckt würden. Unter dem Gesichtspunkt von Austausch und Weiterbildung, wäre die inter- und transdisziplinäre Zusammenarbeit mit anderen Berufs- und Forschungsfeldern noch zu intensivieren und auszudehnen, um von einer breiter angelegten Wissensbasis und verschiedenen Fokussen ausgehend eine grössere Nachhaltigkeit der glücksfördernden Interventionen zu erreichen.

Der SKA kommt eine vielfältige und dadurch anspruchsvolle Aufgabe auf allen Ebenen zu, weswegen es wichtig ist, Ausbildung, Weiterbildungen, Austauschplattformen und Hospitationen zugeschnitten auf die Anforderungen und zu günstigen Konditionen zu ermöglichen, um Qualität, Ressourcen und Wertschätzung resp. Anerkennung dieses Berufsfelds zu gewährleisten.





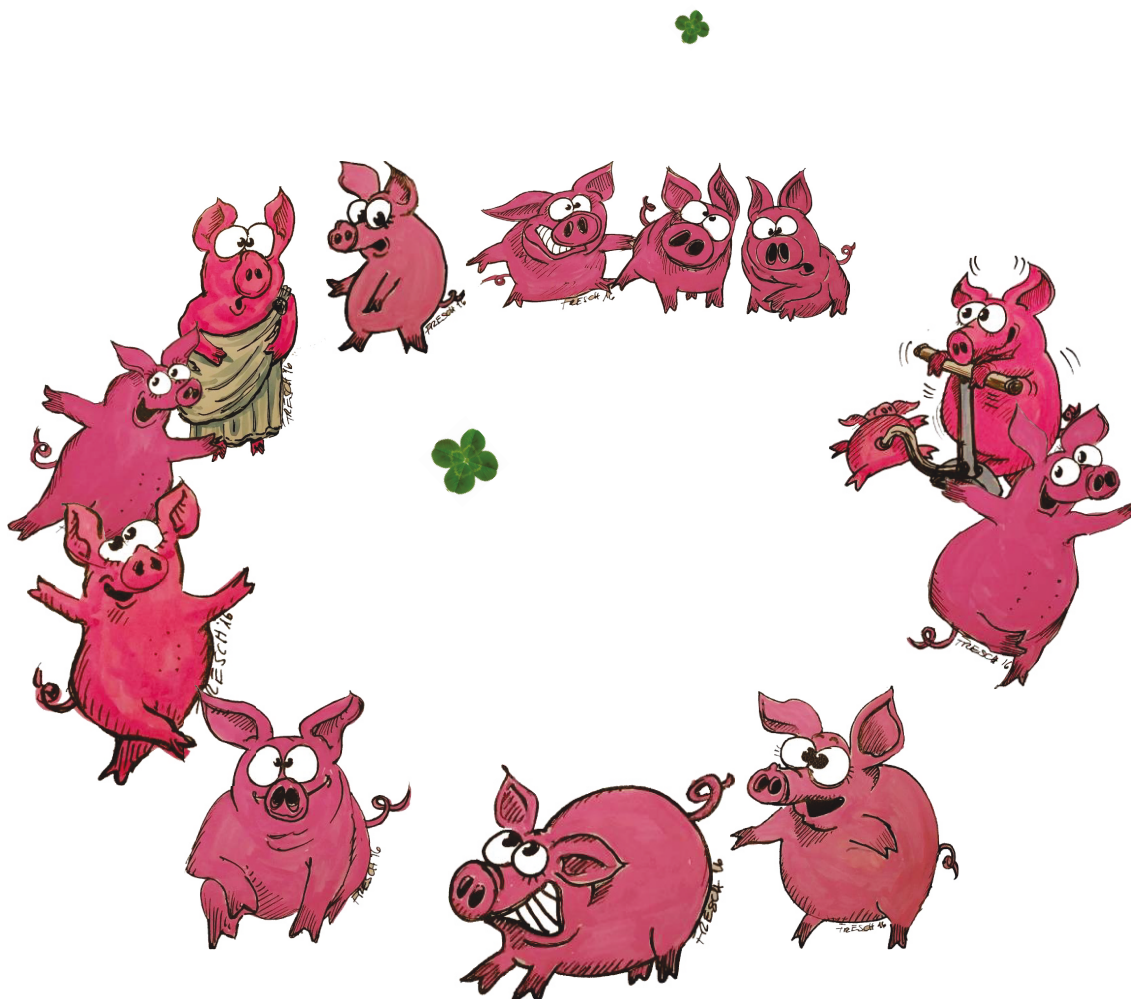


## 8 ABSCHLIESSENDE GEDANKEN UND PERSÖNLICHES FAZIT

Die Ergebnisse dieser Bachelorarbeit basieren auf einer verhältnismässig kleinen Forschungs-Stichprobe. Ohne Zweifel wäre es sehr interessant, eine länger und grösser angelegte Studie durchzuführen. Dies wäre eine Gelegenheit, die SKA gesellschaftlich stärker zu positionieren und ihre Wissenschaftlichkeit zu untermauern.

Der SKA kann bzgl. der Aufgabe zur Glücksförderung in der Sozialen Arbeit eine wegbereitende Rolle zukommen. Mit ihrer Niederschwelligkeit und Freiwilligkeit, hat sie gewissermassen einen Vorteil, was den Zugang zu verschiedenen Menschen anbelangt. Kombiniert mit Flexibilität, resp. vermehrter Mobilität hin zu den Menschen, kann sie massgebliche Schritte zu glücksfördernden Ansätzen in die Wege leiten – sofern auch die entsprechende Rückendeckung in Form von Finanzierungen erfolgt. Im Vorfeld ist wichtig, vermehrt an die Öffentlichkeit zu treten, mit Publikationen, Vorträgen, Workshops oder politischen Vorstössen zum Thema. Liesse sich feststellen, dass sich die Glücksförderung auszahlt (auch finanziell), ist vorstellbar, dass diese einen festen Platz im Auftrag der Gesellschaft bekäme und Synergien angestrebt und genutzt würden.

Durch die intensive Auseinandersetzung mit dem Thema Glück/Wohlbefinden und den Arbeitsprinzipien P-E-R und gesundheitsfördernden/präventiven Aspekten daran, sieht sich die Autorin darin bestärkt, dass die SKA gute Chancen hat, im nicht-therapeutischen Kontext das Wohlbefinden der Menschen auf mehreren Ebenen positiv zu beeinflussen. Sie hofft, dass durch diese Arbeit weitere Personen angeregt werden, diesen Faden weiter zu spinnen und sich ermuntert fühlen, das Thema ganzheitlicher zu betrachten und durch gemeinsames vernetztes Denken zu entsprechenden Handlungsweisen zu gelangen.



## E - QUELLENVERZEICHNIS

### 9 QUELLEN

- Avenir Social (2005). *Berufsdefinition des IFSW – International Federation of Social Workers*. Deutsche Übersetzung. Gefunden unter [http://www.avenirsocial.ch/cm\\_data/defsozarbeitifs\\_wiassw.pdf](http://www.avenirsocial.ch/cm_data/defsozarbeitifs_wiassw.pdf)
- Berger, Peter A. & Neu, Claudia (2007). Sozialstruktur und soziale Ungleichheit. In Joas, Hans (Hrsg.). *Lehrbuch der Soziologie*. (3. Aufl., S.241-266). Frankfurt, New York: Campus.
- Berufskodex Soziale Arbeit Schweiz (2010)*. Ein Argumentarium für die Praxis der Professionellen Sozialer Arbeit. Gefunden unter [http://www.avenirsocial.ch/cm\\_data/do\\_berufskodex\\_web\\_d\\_gesch.pdf](http://www.avenirsocial.ch/cm_data/do_berufskodex_web_d_gesch.pdf)
- Berufskodex Soziale Arbeit Schweiz (2010). Gefunden unter [http://www.avenirsocial.ch/cm\\_data/do\\_berufskodex\\_web\\_d\\_gesch.pdf](http://www.avenirsocial.ch/cm_data/do_berufskodex_web_d_gesch.pdf)
- Biographische Angaben in farbigen Kästchen (Philosophen usw.) gefunden unter <https://de.wikipedia.org/wiki/> (und jeweiligem Namen) sowie in der jeweiligen Literatur.
- Brandt, Thomas (2014). Sozialer Status nach Pierre Bourdieu. Gefunden unter <http://www.staatsfragen.de/2014/10/23/wrint-politikunterricht-exkurs-wie-kann-man-sozialen-status-analysieren/>
- Brendtro, Larry K. & Steinebach, Christoph (2012). Positive Psychologie in der Praxis. In Steinebach, Christoph, Jungo, Daniel & Zihlmann, René (Hrsg.). *Positive Psychologie in der Praxis. Anwendung in Psychotherapie, Beratung und Coaching* (S.18-26). Weinheim, Basel: Beltz.
- Brisch, Karl Heinz (2016a). Die Macht der Geborgenheit. In GEOkompakt Nr. 47. *Was Kinder stark macht*. Hamburg: Gruner + Jahr.
- Brisch, Karl Heinz (2016b). *Die Macht der Geborgenheit*. Gefunden unter <http://www.geo.de/magazine/geo-kompakt/13450-rtkl-kindheit-die-kraft-der-geborgenheit>
- Bruni, Luigino (2011). Glück und Wirtschaft. Die Rückkehr des Sozialen. In Thomä, Dieter, Henning, Christoph & Mitscherlich-Schönherr, Olivia (Hrsg.). *Glück. Ein interdisziplinäres Handbuch* (S.404-411). Stuttgart, Weimar: Metzler.
- Burkhardt-Eggert, Cornelia (2012). Bedürfnisse und die Bedeutung für die Soziale Arbeit. In Walz, Hans, Teske, Irmgard, Martin, Edi (Hrsg.). *Menschenrechtsorientiert wahrnehmen – beurteilen – handeln* (2., korr. Aufl., S.273-288). Luzern: Interact.
- Diekmann, Andreas (2014). *Empirische Sozialforschung. Grundlagen, Methoden, Anwendungen* (9. Aufl.). Reinbek b. Hamburg: rowohlt.
- Egger, Josef W. (2005). Das biosoziale Krankheitsmodell. *Psychologische Medizin*, 2, 3-12. Gefunden unter [www.bpsmed.net/\\_data/doc/literature/1Egger\\_bpsMod05.pdf](http://www.bpsmed.net/_data/doc/literature/1Egger_bpsMod05.pdf)
- Ehrler, Franziska (2016). Wohlbefinden in der Schweiz: Ausgrenzung macht unzufrieden. Gefunden unter <http://www.defacto.expert/2016/10/24/wohlbefinden/>

Ehrler, Franziska, Bühlmann, Felix, Farago, Peter, Höpflinger, François, Joye, Dominique, Perrig-Chiello, Pasqualina und Suter, Christian (Hrsg.). (2016). *Sozialbericht 2016. Wohlbefinden*. Zürich: Seismo. Gefunden unter <http://socialreport.ch/?lang=de>

Elchardus, Mark (2011). Eine Politik des Glücks. In Bormans, Leo (Hrsg.). *Glück. The World Book of Happiness* (S.273-277). Köln: DuMont.

Empowerment. Gefunden unter <http://www.quint-essenz.ch/de/sections/1>

Empowerment. Gefunden unter <http://www.empowerment.de/>

Esch, Tobias (2014, 2. Aufl.). *Die Neurobiologie des Glücks. Wie die Positive Psychologie die Medizin verändert*. Stuttgart, New York: Tieme.

Franke, Mandy (2013). *Ressourcen in der Sozialen Arbeit*. Gefunden unter <http://www.grin.com/de/e-book/282815/ressourcen-in-der-sozialen-arbeit>.

Fisch, Heinrich (2002). Glück: politische und ökonomische Einflüsse. In Alfred Bellebaum (Hrsg.). *Glücksforschung. Eine Bestandesaufnahme* (S. 213-226). Konstanz: UVK Verlagsgesellschaft mbH.

Fritz, Birgit (2013). *Von Revolution zu Autopoiese. Auf den Spuren Augusto Boals ins 21. Jahrhundert. Das Theater der Unterdrückten im Kontext von Friedensarbeit und einer Ästhetik der Wahrnehmung*. Stuttgart: ibidem.

Fuchs, Dieter & Roller, Edeltraut (2009). Politik. In Dieter Fuchs & Roller, Edeltraut (Hrsg.). *Lexikon Politik. Hundert Grundbegriffe* (S.205-209). Stuttgart: Reclam.

Gerbeth, Christiane Johanna (2008). Schritt für Schritt. Theater mit bosnischen, kurdischen, vietnamesischen und deutschen Kindern. In Hoffmann, Christel & Israel Annett (Hrsg.), *Theater spielen mit Kindern und Jugendlichen. Konzepte, Methoden und Übungen* (4. Aufl., S.197-214). Weinheim/ München: Juventa.

Gesundheitsförderung (2016). Gefunden unter <https://de.wikipedia.org/wiki/Gesundheitsf%C3%B6rderung>

Gesundheitsförderung Schweiz (2016a). *Zentrale Aspekte: Empowerment*. Gefunden unter <http://www.quint-essenz.ch/de/sections/1>

Gesundheitsförderung Schweiz (2016b). *Empowerment.Herkunft und Begrifflichkeit*. Gefunden unter [http://www.quint-essenz.ch/de/topics/1248?section\\_id=1](http://www.quint-essenz.ch/de/topics/1248?section_id=1)

Gillet, Jean-Claude (1998). *Animation. Der Sinn der Aktion*. Luzern: Verlag für Soziales und Kulturelles.

Grimm, Ulrike (2014). *Soziokulturelle Animation. Ein Vergleich zwischen Schweiz und Deutschland*. Norderstedt: GRIN.

Grundrechte der Schweiz (). Gefunden unter <https://www.admin.ch/opc/de/classified-compilation/19995395/201601010000/101.pdf>

Grünsteidl, Katharina (2015). *Glück und Soziale Arbeit*. Saarbrücken: AV Akademikerverlag.

Gschwind, Michael Francesco (2013). *Ist Glück lernbar?* Unveröffentlichtes Skript aus der Vortragsreihe an der vhbb Basel.

Gschwind, Michael Francesco (2016). *Aussagen zu Glück und ‚Ist Glück lernbar?‘*. Unveröffentlichtes Interview vom 27.09.2016.

Hafen, Martin (2013). *Grundlagen der systemischen Prävention. Ein Theoriebuch für Lehre und Praxis* (2. vollst. überarb. Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer.

Harrer, Michael (2013). *Bio-psycho-soziales Modell*. Gefunden unter <http://burnoutundachtsamkeit.at/menschenbild/bio-psycho-soziales-modell/>

Hartogh, Theo & Wickel, Hans Hermann (2004). Musik und Musikalität. Zu der Begrifflichkeit und den (sozial-)pädagogischen und therapeutischen Implikationen. In Hartogh, Theo & Wickel, Hans Hermann (Hrsg.). *Handbuch Musik in der Sozialen Arbeit*. (S.45-55). Weinheim, München: Juventa.

Harvard Study of Adult Development (1938-heute). Gefunden unter <http://www.hms.harvard.edu/psych/redbook/redbook-family-adult-01.htm> und [http://hr1973.org/docs/Harvard35thReunion\\_Waldinger.pdf](http://hr1973.org/docs/Harvard35thReunion_Waldinger.pdf) und <http://news.harvard.edu/gazette/story/2012/02/decoding-keys-to-a-healthy-life/> und [https://www.ted.com/talks/robert\\_waldinger\\_what\\_makes\\_a\\_good\\_life\\_lessons\\_from\\_the\\_longest\\_study\\_on\\_happiness?language=en](https://www.ted.com/talks/robert_waldinger_what_makes_a_good_life_lessons_from_the_longest_study_on_happiness?language=en) und <http://robertwaldinger.com/about/>

Hein, Grit (2011). Glück in den Neurowissenschaften. Was zeigen bildgebende Verfahren? In Thomä, Dieter, Henning, Christoph & Mitscherlich-Schönherr, Olivia (Hrsg.). *Glück. Ein interdisziplinäres Handbuch* (S.374-383). Stuttgart, Weimar: Metzler.

Herriger, Norbert (2016a). Gefunden unter <http://www.empowerment.de/>

Herriger, Norbert (2016b). *Zugänge zu einem neuen Begriff*. Gefunden unter <http://www.empowerment.de/grundlagen/#kap1>

Herriger, Norbert (2016c). *Die Philosophie der Menschenstärke*. Gefunden unter [http://www.empowerment.de/grundlagen/\\_p2.html](http://www.empowerment.de/grundlagen/_p2.html)

Hobmair, Hermann (Hrsg.). (2014). *Soziologie* (3. Aufl.). Köln: Bildungsverlag EINS.

Hochschule Bremen (ohne Datum). *Der Befähigungsansatz (Capability Approach) als Perspektivenwechsel in der Förderung junger Menschen*. Gefunden unter [http://www.hs-bremen.de/internet/hsb/struktur/mitarbeiter/krafeld/cap\\_app-ohne\\_bilder.ppt](http://www.hs-bremen.de/internet/hsb/struktur/mitarbeiter/krafeld/cap_app-ohne_bilder.ppt)

Hoffmann, Christel (2008). Die Kunst des Spielleiters. In Hoffmann, Christel & Israel, Annett (Hrsg.). *Theater spielen mit Kindern und Jugendlichen. Konzepte, Methoden und Übungen*. (4. Aufl., S.13-33). Weinheim, München: Juventa.

Hoffmann, Christel & Israel, Annett (Hrsg.). (2008). *Theater spielen mit Kindern und Jugendlichen. Konzepte, Methoden und Übungen* (4. Aufl.). Weinheim, München: Juventa.



- Hongler, Hanspeter (2004). Auf der Suche nach dem gesellschaftlichen Ort der Soziokulturellen Animation. In Züfle, Manfred (Hrsg.). *Handeln – Zwischen – Räumen – von Soziokultureller Animation und der Vergangenheit einer Schule* (S. 50-78). Luzern: Interact.
- Hongler, Hanspeter, Kunz, Markus, Prelicz-Huber, Katharina, Wolff, Richard & Fricker, Jonas (2008). *Mitdenken-Mitreden-Mitbestimmen. Ein Reiseführer für partizipative Stadt-, Gemeinde- und Quartierentwicklung*. Luzern: Interact.
- Hörisch, Jochen (2011). Glück im Deutschen. In Thomä, Dieter, Henning, Christoph & Mitscherlich-Schönherr, Olivia (Hrsg.). *Glück. Ein interdisziplinäres Handbuch* (S.13-14). Stuttgart, Weimar: Metzler.
- Humboldt-Universität zu Berlin (2016). *Amartya Sens Capability Approach – Konzept, Messung und empirische Anwendung*. (Projektseminar WiSe 2016/2017). Gefunden unter [https://agnes.hu-berlin.de/lupo/rds;jsessionid=AD09FA91071F276133B108E83694524B.carrot\\_root?state=verpublish&status=init&vmfile=no&moduleCall=webInfo&publishConfFile=webInfo&publishSubDir=veranstaltung&veranstaltung.veranstid=60730&expand=67272](https://agnes.hu-berlin.de/lupo/rds;jsessionid=AD09FA91071F276133B108E83694524B.carrot_root?state=verpublish&status=init&vmfile=no&moduleCall=webInfo&publishConfFile=webInfo&publishSubDir=veranstaltung&veranstaltung.veranstid=60730&expand=67272)
- Husi, Gregor (2010). Die Soziokulturelle Animation aus strukturierungstheoretischer Sicht. In Wandeler, Bernard (Hrsg.). *Soziokulturelle Animation*. Luzern: Interact.
- Husi, Gregor & Villiger, Simone (2012). *Sozialarbeit, Sozialpädagogik, Soziokulturelle Animation*. Luzern: Interact.
- IFSW - *Definition Soziale Arbeit* (2004). Gefunden unter [http://www.avenirsocial.ch/cm\\_data/defsozarbeitifswiassw.pdf](http://www.avenirsocial.ch/cm_data/defsozarbeitifswiassw.pdf)
- Israel, Annett (2008). Einleitung. In Hoffmann, Christel & Israel, Annett (Hrsg.). *Theater spielen mit Kindern und Jugendlichen. Konzepte, Methoden und Übungen*. Weinheim, (4. Aufl., S.9-12). München: Juventa.
- Joas, Hans (Hrsg.). (2007). *Lehrbuch der Soziologie* (3. Aufl.). Frankfurt, New York: Campus.
- Joas, Hans (2007). Das Wissen von der Gesellschaft. In Joas, Hans (Hrsg.). *Lehrbuch der Soziologie* (3. Aufl., S.11-38). Frankfurt, New York: Campus.
- Joye, Dominique (2016). *Glücklich und zufrieden: Die Schweizer sehen ihr Leben positiv*. Gefunden unter <http://www.srf.ch/news/schweiz/gluecklich-und-zufrieden-die-schweizer-sehen-ihr-leben-positiv>
- Kapteina, Hartmut, Schreiber, Bettina & Klug, Hans Dieter (2004). Musik in der stadtteilorientierten Sozialen Kulturarbeit. In Hartogh, Theo & Wickel, Hans Hermann (Hrsg.). *Handbuch Musik in der Sozialen Arbeit* (S.415-426). Weinheim, München: Juventa.
- Klassen, Michael (2008). Soziale Arbeit und Bedürfnistheorie. *Sozialarbeit in Tirol*, 77, 12-14.
- Koch, Michael (2002). Beiträge der Hirnforschung zum Verständnis des menschlichen Glücks. In Alfred Bellebaum (Hrsg.). *Glücksforschung. Eine Bestandesaufnahme* (S. 79-93). Konstanz: UVK Verlagsgesellschaft mbH.

- Kuckartz, Udo (2016). *Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden Praxis, Computerunterstützung* (3., überarb. Aufl.). Weinheim und Basel: Beltz Juventa.
- Layard, Richard (2011). Die Glücksbewegung. In Bormans, Leo (Hrsg.). *Glück. The World Book of Happiness* (S.273-277). Köln: DuMont.
- Lessmann, Ortrud (ohne Datum). *Der Capability Ansatz*. Gefunden unter <http://www.ortrud-lessmann.de/7.html>
- Ley, Astrid & Weitz, Ludwig (Hrsg.). (2012). *Praxis Bürgerbeteiligung* (4. Aufl.). *Ein Methodenhandbuch*. Bonn: Stiftung MITARBEIT.
- Lützenkirchen, Anne (2015a). Glück und Soziale Arbeit. In Lützenkirchen, Anne (Hrsg.). *Glück und Soziale Arbeit. Theorie und Praxis der Förderung subjektiven Wohlbefindens* (S. 41-48). Lage: Jacobs.
- Lützenkirchen, Anne (Hrsg.). (2015b). *Glück und Soziale Arbeit. Theorie und Praxis der Förderung subjektiven Wohlbefindens*. Lage: Jacobs.
- Martens, Jens-Uwe (2014). *Glück in Psychologie, Philosophie und im Alltag*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Mayer, Horst Otto (2004). *Interview und schriftliche Befragung* (2. Aufl.). München, Wien: Oldenbourg
- Mayring, Philipp (2016). *Einführung in die qualitative Sozialforschung. Eine Anleitung zu qualitativem Denken* (6. Aufl.). Weinheim, Basel: Beltz.
- Maxqda (2016). Gefunden unter <http://www.maxqda.com/>
- Meer Teilhabe (2014). Lebensweltanalyse in den Sozialräumen Dudweiler und Quierschied. (Nils Paggels, Tobias Heckmann, Pia Meiers-Heisel) 2.1. Der Capability-Ansatz. Gefunden unter <http://www.meer-teilhabe.de/kapitel-2/>
- Meier Magistretti, Claudia (2016a). *Salutogenese, Ottawa-Charta und Menschenrechte in der Gesundheit. Das salutogenetische Modell – verwandte Konzepte*. Unveröffentlichtes Unterrichtskript Modul 305, 12.10.2016. Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.
- Meier Magistretti, Claudia (2016b). *Salutogenese, soziale Ungleichheit*. Unveröffentlichte Unterrichtsnotizen aus dem Modul 305 Gesundheitsförderung und Prävention. Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.
- Menschenrechte (1948). *Allgemeine Erklärung der Menschenrechte von 1948*. Gefunden unter <http://www.humanrights.ch/de/internationale-menschenrechte/aemr/text/>
- Metzger, Marius (2009). *Sampling: Wie kommt man zur Stichprobe?* Unveröffentlichtes Unterrichtskript im Modul 372. Hochschule Luzern - Soziale Arbeit
- Moser, Hein, Müller, Emanuel, Wettstein, Heinz & Willener, Alex (1999). *Soziokulturelle Animation. Grundfragen, Grundlagen, Grundsätze*. Luzern: Verlag für Soziales und Kulturelles.
- Niemand्सland Theater (2016). Gefunden unter <http://theater-niemand्सland.ch/> und [http://theater-niemand्सland.ch/wordpress/?page\\_id=68](http://theater-niemand्सland.ch/wordpress/?page_id=68)

- Ottawa Charta (1986). *WHO Ottawa Charta zur Gesundheitsförderung (deutsche Übersetzung)*. Gefunden unter [http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0006/129534/Ottawa\\_Charter\\_G.pdf](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0006/129534/Ottawa_Charter_G.pdf)
- Paideia. Der Blog für Philosophie, Politik und Kultur (2012). *Amartya Sen und der Capability-Ansatz*. Gefunden unter <http://diepaideia.blogspot.ch/2012/08/amartya-sen-und-der-capability-ansatz.html>
- Ressourcen (2016). Gefunden unter <http://www.sign-lang.uni-hamburg.de/projekte/slex/seitendvd/konzeptg/l53/l5354.htm>
- Ressourcen in der Sozialen Arbeit (2016). Gefunden unter <http://www.grin.com/de/e-book/282815/ressourcen-in-der-sozialen-arbeit>.
- Rogers, Carl R. (2012). *Der neue Mensch* (9. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Romppel, Joachim (2003). *Netzwerke Sozialer Arbeit zwischen Selbstorganisation und Organisation am Beispiel der Kinder- und Jugendhilfe*. Freiburg/Breisgau: Lambertus.
- Schär, Marcel, Flückiger, Christoph & Grosse Holtforth, Martin (2012). Ressourcenorientierte Psychotherapie. In Steinebach, Christoph, Jungo, Daniel & Zihlmann, René (Hrsg.). *Positive Psychologie in der Praxis. Anwendung in Psychotherapie, Beratung und Coaching* (S.129-137). Weinheim, Basel: Beltz.
- Schnell, Rainer, Hill, Paul B. & Esser, Elke (Hrsg.). (2013). *Methoden der empirischen Sozialforschung* (10. Aufl.). München: Oldenbourg.
- Seligman, Martin (2014). *Flourish. Die Positive Psychologie des Gelingenden Lebens* (2. Aufl.). München: Kösel.
- Sommerfeld, Peter (2016). *Lebensqualität*. Gefunden unter [http://www.sagw.ch/dms/sagw/tagungen\\_sagw/follow\\_up/Lebensqualitaet\\_WS\\_1/Referate/2\\_PeterSommerfeld](http://www.sagw.ch/dms/sagw/tagungen_sagw/follow_up/Lebensqualitaet_WS_1/Referate/2_PeterSommerfeld)
- Sozialbericht 2016 (2016). Ehrler, Franziska, Bühlmann, Felix, Farago, Peter, Höpflinger, François, Joye, Dominique, Perrig-Chiello, Pasqualina und Suter, Christian (Hrsg.). *Sozialbericht 2016. Wohlbefinden*. Zürich: Seismo. Gefunden unter <http://socialreport.ch/?lang=de>
- Spierts, Marcel (1998). *Balancieren und Stimulieren. Methodisches Handeln in der Soziokulturellen Arbeit*. Luzern: Verlag für Soziales und Kulturelles.
- Staub-Bernasconi, Silvia (2007a). *Soziale Arbeit als Handlungswissenschaft. Systemtheoretische Grundlagen und professionelle Praxis – ein Lehrbuch*. Bern: Haupt.
- Staub-Bernasconi, Silvia (2007b). Vom beruflichen Doppel- zum professionellen Tripelmandat. Wissenschaft und Menschenrechte als Begründungsbasis der Profession Soziale Arbeit. Gefunden unter [http://www.avenirsocial.ch/cm\\_data/vom\\_doppel-\\_zum\\_tripelmandat.pdf](http://www.avenirsocial.ch/cm_data/vom_doppel-_zum_tripelmandat.pdf)
- Störkle, Mario, Durrer Eggenschwiler, Bea, Emmenegger, Barbara, Peter, Colette & Willener, Alex (Hrsg.)(2016). *Sozialräumliche Entwicklungsprozesse in Quartier, Stadt und Region*. Luzern: Interact.

Theater Niemandsland (2016). *Theater Niemandsland (Website)*. Gefunden unter <http://theater-niemandsland.ch/>

Thomä, Dieter, Henning, Christoph & Mitscherlich-Schönherr, Olivia (Hrsg.). (2011). *Glück. Ein interdisziplinäres Handbuch*. Stuttgart, Weimar: Metzler.

Uni Hamburg (2016). *Ressourcen*. Gefunden unter <http://www.sign-lang.uni-hamburg.de/projekte/slex/seitendvd/konzeptg/I53/I5354.htm>

Wandeler, Bernard (Hrsg.). (2010). *Soziokulturelle Animation*. Luzern: Interact.

Waldinger, Robert (2016). *The Good Life*. Gefunden unter <http://www.openculture.com/2016/04/what-are-the-keys-to-happiness.html> und <http://robertwaldinger.com/about/>

Wettstein, Heinz (2010). Hinweise zu Geschichte, Definitionen, Funktionen... . In Wandeler, Bernard (Hrsg.). *Soziokulturelle Animation* (S.15-60). Luzern: Interact.

WHO (1986). *Ottawa Charter for Health Promotion*. Gefunden unter <http://www.euro.who.int/de/publications/policy-documents/ottawa-charter-for-health-promotion,-1986>

Wikipedia (2016). *Capability Approach*. Gefunden unter [https://de.wikipedia.org/wiki/Capability\\_Approach](https://de.wikipedia.org/wiki/Capability_Approach)

Willener, Alex (2007). *Integrale Projektmethodik. Für Innovation und Entwicklung in Quartier, Gemeinde und Stadt*. Luzern: Interact.

## 10 ABBILDUNGEN

### Abb.01

Das salutogenetische Modell - Verwandte Konzepte. Claudia Meier Magistretti (2016). *Salutogenese, Ottawa-Charta und Menschenrechte in der Gesundheit*. Unveröffentlichtes Unterrichtskript Modul 305, 12.10.2016. Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.

### Abb.02

*Zufriedenheit der Altersgruppen*. Gefunden unter [http://socialreport.ch/?page\\_id=3529&lang=de](http://socialreport.ch/?page_id=3529&lang=de)

### Abb.03

*Bedürfnispyramide nach Maslow*. Gefunden unter <http://www.persoennlichkeitsblog.de/article/10045/sharing-economy>

### Abb.04

*Sozialer Status nach Pierre Bourdieu*. Gefunden unter <http://www.staatsfragen.de/2014/10/23/wrint-politikunterricht-exkurs-wie-kann-man-sozialen-status-analysieren/>

### Abb.05

Gesellschaftsbild der Modalen Strukturierungstheorie. Husi, Gregor (2010). In Wandeler, Bernard (Hrsg.). *Soziokulturelle Animation* (S.118). Luzern: Interact.

Abb.06

4 Dimensionen eines „guten Lebens“ (nach Amartya Sen) (ohne Datum). Gefunden unter [http://www.hs-bremen.de/internet/hsb/struktur/mitarbeiter/krafeld/cap\\_app-ohne\\_bilder.ppt](http://www.hs-bremen.de/internet/hsb/struktur/mitarbeiter/krafeld/cap_app-ohne_bilder.ppt)

Abb.07

*Verwirklichungschancen* (2006). Paideia. Institut für angewandte Wirtschaftsforschung, Universität Tübingen. [http://www.iaw.edu/w/IAWPDF.php?id=512&name=iaw\\_machbarkeitsstudie\\_2006.pdf](http://www.iaw.edu/w/IAWPDF.php?id=512&name=iaw_machbarkeitsstudie_2006.pdf)

Abb.08

*Das Grundverständnis des Befähigungssatzes (Capability Approach)* (ohne Datum). Gefunden unter [http://www.hs-bremen.de/internet/hsb/struktur/mitarbeiter/krafeld/cap\\_app-ohne\\_bilder.ppt](http://www.hs-bremen.de/internet/hsb/struktur/mitarbeiter/krafeld/cap_app-ohne_bilder.ppt)

Abb.09

*Gelungene Lebensentfaltung* (ohne Datum). Gefunden unter [http://www.hs-bremen.de/internet/hsb/struktur/mitarbeiter/krafeld/cap\\_app-ohne\\_bilder.ppt](http://www.hs-bremen.de/internet/hsb/struktur/mitarbeiter/krafeld/cap_app-ohne_bilder.ppt)

Abb.10

*Schema zum Capability Approach* (2009, 2012). Von Luha aus der deutschsprachigen Wikipedia, CC BY-SA 3.0. Gefunden unter <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=23239462> higungsansatz.

Abb.11

Das salutogenetische Modell - Verwandte Konzepte. Claudia Meier Magistretti (2016). *Salutogenese, Ottawa-Charta und Menschenrechte in der Gesundheit*. Unveröffentlichtes Unterrichtskript Modul 305, 12.10.2016. Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.

Abb.12

Generalisierte Widerstandsressourcen. Claudia Meier Magistretti (2016). *Salutogenese, Ottawa-Charta und Menschenrechte in der Gesundheit*. Unveröffentlichtes Unterrichtskript Modul 305, 12.10.2016. Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.

Abb.13

Komponenten des SOC. Claudia Meier Magistretti (2016). *Salutogenese, Ottawa-Charta und Menschenrechte in der Gesundheit*. Unveröffentlichtes Unterrichtskript Modul 305, 12.10.2016. Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.

Abb.14

The sense FOR coherence : Salutogenese in der Praxis. Claudia Meier Magistretti (2016). *Salutogenese, Ottawa-Charta und Menschenrechte in der Gesundheit*. Unveröffentlichtes Unterrichtskript Modul 305, 12.10.2016. Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.

Abb.15

Befindlichkeitskontinuum. Angelehnt an das Gesundheits-Krankheits-Kontinuum nach Antonovsky. Eigene Interpretation und eigene Darstellung (2016).

Abb.16

Blumenkonfiguration der soziokulturellen Arbeit. In Spierts, Marcel (1998). *Balancieren und Stimulieren. Methodisches Handeln in der Soziokulturellen Arbeit* (S.76). Luzern: Verlag für Soziales und Kulturelles.

Abb.17

Was ist Gesundheitsförderung? Claudia Meier Magistretti (2016). *Salutogenese, Ottawa-Charta und Menschenrechte in der Gesundheit*. Unveröffentlichtes Unterrichtskript Modul 305, 12.10.2016. Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.

Abb.18

SKA-Welt und Theoriebezüge (einzelne Beispiele) zur Verbesserung des Wohlbefindens (Glücks). Eigene Darstellung (2016).

Abb.18/1

4 Dimensionen eines „guten Lebens“ (nach Amartya Sen) (ohne Datum). Gefunden unter [http://www.hs-bremen.de/internet/hsb/struktur/mitarbeiter/krafeld/cap\\_app-ohne\\_bilder.ppt](http://www.hs-bremen.de/internet/hsb/struktur/mitarbeiter/krafeld/cap_app-ohne_bilder.ppt)

Abb.18/2

Bedürfnispyramide nach Maslow. Gefunden unter <http://www.persoennlichkeitsblog.de/article/10045/sharing-economy>

Abb.18/3

Sozialer Status nach Pierre Bourdieu. Gefunden unter <http://www.staatsfragen.de/2014/10/23/wrint-politikunterricht-exkurs-wie-kann-man-sozialen-status-analysieren/>

Abb.18/4

Wichtige Entwicklungsbedingungen aus Sicht der Positiven Psychologie. In Steinebach, Christoph, Jungo, Daniel & Zihlmann, René (Hrsg.). (2012). *Positive Psychologie in der Praxis. Anwendung in Psychotherapie, Beratung und Coaching* (S. 22). Weinheim, Basel: Beltz.

Abb.18/5

Bio-psycho-soziale Bedürfnisse. Diverse Quellen. Eigene Darstellung (2016).

Abb.18/6

Generalisierte Widerstandsressourcen. Claudia Meier Magistretti (2016). *Salutogenese, Ottawa-Charta und Menschenrechte in der Gesundheit*. Unveröffentlichtes Unterrichtskript Modul 305, 12.10.2016. Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.

Abb.18/7

Komponenten des SOC. Claudia Meier Magistretti (2016). *Salutogenese, Ottawa-Charta und Menschenrechte in der Gesundheit*. Unveröffentlichtes Unterrichtskript Modul 305, 12.10.2016. Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.

Abb.18/8

Zusammenfassung Stichworte aus der Positiven Psychologie (PP). Diverse Quellen. Eigene Darstellung (2016).

Abb.19

SKA-Welt und Ansatzpunkte resp. Interventionen (Beispiele) zur Verbesserung des Wohlbefindens (Glücks). Blumenkonfiguration nach Spierts und eigene Darstellung (2016).

Abb.20

Demokratieverständnis. Gemäss Hebestreit, 2013, S. 66ff., zit. in Störkle et al., 2016, S. 83-84. Eigene Darstellung (2016).



Abb.21

Mitbestimmungsrechte Schweizer Bürgerinnen und Bürger. Gefunden unter <https://www.admin.ch/gov/de/start/bundesrat/das-politische-system-der-schweiz.html>. Eigene Darstellung (2016).

Abb.22

*Partizipationsstufen*. Hella von Unger (2012). Gefunden unter <http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/1781/3298>

Abb.23

9 Stufen des Einbezugs (Modell Gesundheit Berlin). Gefunden unter [http://www.quint-essenz.ch/de/topics/1117?section\\_id=1](http://www.quint-essenz.ch/de/topics/1117?section_id=1). Eigene Darstellung (2016).

Abb.24

Sampling. Interviews Personen. Eigene Darstellung (2016).

Abb.25

Antwortverzerrung im Interview. In Diekmann, Andreas (2014). *Empirische Sozialforschung. Grundlagen, Methoden, Anwendungen* (9. Aufl.). Reinbek b. Hamburg: rowohlt.

Abb.26

Liste Codes Begriffe. Eigene Darstellung (2016).

Abb.27

Screenshot MAXQDA (2016).

Abb.28

Codierung Teilschritte. Eigene Darstellung (2016).

Abb.29

Glück. Aussagen Interviews Teilbereiche. Eigene Darstellung (2016).

Abb.30

Partizipation. Aussagen Interviews Teilbereiche. Eigene Darstellung (2016).

Abb.31

Empowerment. Aussagen Interviews Teilbereiche. Eigene Darstellung (2016).

Abb.32

Ressourcen. Aussagen Interviews Teilbereiche. Eigene Darstellung (2016).

Abb.33

Sozialkontakte. Aussagen Interviews Teilbereiche. Eigene Darstellung (2016).

Abb.34

Sozialsystem. Aussagen Interviews Teilbereiche. Eigene Darstellung (2016).

*Glücksschweine* (Illustrationen)(2016). Allesamt handmade © by FRESCH, Franziska Eva Schneider (Verf.).

*Kleeblatt* für Layout. Gefunden unter

[https://www.google.ch/search?q=kleeblatt&biw=1536&bih=718&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwi2pMX087fQAhUGaRQKHxUeCCEQ\\_AUIBigB#imgsrc=AZaIXsEYBPdNJM%3A](https://www.google.ch/search?q=kleeblatt&biw=1536&bih=718&source=lnms&tbm=isch&sa=X&sqi=2&ved=0ahUKEwi2pMX087fQAhUGaRQKHxUeCCEQ_AUIBigB#imgsrc=AZaIXsEYBPdNJM%3A)

## F – ANHANG

### 11 LEITFRAGENKATALOG INTERVIEWS

#### 11.1 Version 1 (Pretest)

Die Fragen an die verschiedenen Interviewpartner/-innen wurden aufgrund eines Grundmusters erstellt (ausgehend vom Interview mit der Theaterschaffenden, SchauspielerIn und RegisseurIn) und individuell überarbeitet/ variiert. Die folgenden zwei Fragelisten widerspiegeln dies (a – b). Für die Interviews mit den Laienschauspieler/-innen diente der Fragebogen als Gesprächsrahmen und Orientierung vor allem für die Interviewerin. Den Berufsfachleuten (Theaterschaffende, Dozentin HSLU, SKA und Theaterpädagoge, Psychologe und Coach) wurde der Fragebogen im Vorfeld zugestellt.

#### ***Fragen SchauspielerIn, RegisseurIn (Pretest)***

1. Werdegang beruflich?
2. Besonderes Interesse an Integrations- und Friedensarbeit woher?
3. Wo liegt das Hauptaugenmerk bei dieser Art von Theaterarbeit? (Schwerpunkte, Absichten, Ziele)
4. Inwiefern spielen Partizipation, Empowerment, Ressourcenorientierung (P-E-R) in dieser Art von Theaterarbeit eine (zentrale) Rolle?
5. Oder ist eine Entwicklung spürbar (von z. B. anfänglich gerne angeleitet werden zu mehr Beteiligungswille) im Laufe der Projekt-Arbeit?
6. Welche Entwicklungen sind bei den AdressatInnen in den Projekten jeweils spürbar/ beobachtbar? (sich wiederholende, oft beobachtbare Entwicklungen)
7. Wie entwickeln sich die Individuen durch die Theaterarbeit sowie P-E-R?
8. Können mehr Zufriedenheit, Glück, positivere Einstellungen/ Erleben/ Selbstwert/ Selbstwirksamkeit/... durch bestimmte Erlebnisse/ Methoden/... in der Projektarbeit gefördert werden?
9. Welche Entwicklung findet in der Gruppe statt, auch bzgl. P-E-R? (Gruppendynamik, Rollenverteilungen, Glücksempfindungen durch Gruppe)
10. Weshalb und wodurch könnten diese in Zusammenhang mit dem Thema „Glücklicherwerden“ stehen?
11. Wie sind die verschiedenen kulturellen Hintergründe der Beteiligten jeweils spürbar?
12. Wodurch sind die Unterschiede in Bezug auf Wohlbefinden usw. (auch) feststellbar?
13. Wie ist möglicherweise der Link von Theaterarbeit, Partizipation, Empowerment, Ressourcenorientierung zum Thema Glück?
14. Welchen Stellenwert misst die Theaterschaffende diesen methodischen (SKA) Ansätzen bei?
15. Ist eine vermehrte Zusammenarbeit mit Leuten der SKA denk- und wünschbar?

## 11.2 Leitfragenkatalog Interviews überarbeitete Version

### Fragen SKA/Theaterpädagoge und DozentIn HSLU

#### Werdegang\_Berufsidentität

- ♣ Tätigkeiten heute?
- ♣ Ausbildungen?
- ♣ Studien?
- ♣ Alter\_persönliches Umfeld\_ Herkunft
- ♣ Wie zur SKA gelangt?
- ♣ Deine Ansichten/ Definition von Glücklichkeit/Wohlbefinden?

#### Glücklichsein\_Wohlbefinden

- ♣ Wie erlebst Du die Auseinandersetzung mit dem Thema Glück, Glücklichsein, Wohlbefinden in der SKA?
- ♣ Welches sind für Dich aus professioneller Sicht die Grundpfeiler des Glücks, Glücklichseins, Wohlbefindens ?
- ♣ Wie erlebst Du Deine Arbeit in der SKA bezüglich Glück, Glücklichsein, Wohlbefinden durch die drei Prinzipien **Partizipation, Empowerment, Ressourcenorientierung**?
- ♣ Wo lösen diese angewandten Prinzipien Wohlbefinden aus (Beobachtungen) – Individuum, Gruppe?
- ♣ Welche Zusammenhänge siehst Du zwischen den 3 Prinzipien, wie beeinflussen sie sich möglicherweise gegenseitig?
- ♣ Erlebst Du Glück, Glücklichsein, Wohlbefinden bei den TN (von Projekten) als reine Momente oder manchmal als dauerhafter?
- ♣ Welche Punkte erscheinen wichtig zur Verstärkung des Glücks, Glücklichseins, Wohlbefindens bei TN?
- ♣ Was steht bei SKA Projekten dem Glück, Glücklichsein, Wohlbefinden z. B. im Weg? Wieswegen?
- ♣ Wodurch zeigen sich ggf. nebst dem individuell erfahrenen Glück, Glücklichsein, Wohlbefinden gruppenbezogenes/ Gruppen- Glück, Glücklichsein, Wohlbefinden?

## SKA allgemein

- ♣ Was ist SKA für Dich in Deinem Berufsalltag?
- ♣ Was erachtest Du als grundlegend, um im SKA-Gebiet tätig sein zu können? Fähigkeiten, Ausbildung, Soft Skills, Haltung, Wesenszüge,...?
- ♣ Welche Hauptaufgaben siehst Du für das Gebiet der SKA bzgl. Individuum, Gruppen, Gesellschaft?
- ♣ Wo siehst Du bei der SKA die derzeitige Hauptstossrichtung? Sozialraum, Integration, Anderes?
- ♣ Welches sind für Dich die wichtigsten in der SKA angewandten Prinzipien und Methoden?
  
- ♣ Wo erkennst Du bei der SKA Verbindungen/ Zusammenhänge zu anderen Professionen, Disziplinen (z. B. Psychologie, Kunst, Gesundheitswesen,...)?
- ♣ Wie wichtig sind für Dich diese interdisziplinären Ansätze/ Verbindungen und warum?
- ♣ Siehst Du eventuell auch Spannungsfelder und zu vermeidende Zusammenarbeit? Inwiefern?
- ♣ Was lässt sich beobachten/ feststellen: wie und wodurch wirkt sich SKA auf AdressatInnen, Gruppierungen, Gesellschaft aus?
- ♣ Welche Zusammenhänge sind für Dich hinsichtlich Glück, Glücklichein, Wohlbefinden sichtbar?

## Partizipation

- ♣ Was verstehst Du unter Partizipation (in der SKA)?
- ♣ Wie schätzt Du das Prinzip Partizipation für die Arbeit in der SKA ein? Welchen Stellenwert nimmt sie ein?
- ♣ Ergibt sich eventuell manchmal etwas wie ein Balanceakt zwischen Deinem Führungsstil (in Projekten) und dem Prinzip der Partizipation?
- ♣ Wie gehst Du mit diesem Spannungsfeld um?
- ♣ Wie lässt Du die TN partizipieren?
- ♣ Wie gehen die TN damit um?
- ♣ Wie und wird dies in der Projektarbeit thematisiert in der Gruppe?
- ♣ Wie stark und auf welche Weise wollen sich die TN einbringen (partizipieren)?
- ♣ Welches sind Deine Feststellungen auf den verschiedenen Stufen der Partizipation bei den TN?
- ♣ Wo und wie stellst Du eine merkliche Verbesserung im Wohlbefinden, Glücklichein der TN fest wenn Du partizipativ arbeitest?
- ♣ Konntest Du auch schon eher negative Auswirkungen von Partizipation feststellen (Individuum, Gruppe, Gesellschaft)?

- ♣ Welchen Einfluss nimmt Partizipation auf die Gruppendynamik?
- ♣ Was lässt sich dabei beobachten?
- ♣ Welche Gruppenstrukturen, Hierarchien usw. entstehen möglicherweise?

## **Empowerment**

- ♣ Was verbindest Du mit dem Begriff Empowerment?
- ♣ Wodurch und wie lässt sich das Prinzip des Empowerment in der SKA anwenden?
- ♣ Wodurch unterscheidet sich die Art und Weise wenn es um Individuen, Gruppen oder die Gesellschaft geht?
- ♣ Wie und wann wendest Du Empowerment an?
- ♣ Wie wirkt sich Empowerment Deiner Meinung nach aus?
- ♣ Wann und wie bemerkst Du möglicherweise, dass dies weitere Kreise zieht (z. B. von TN zu TN weitergegeben wird oder ähnl.)?
- ♣ Was trägt Empowerment zur Gruppendynamik bei, wie wirkt es sich ggf. aus?

## **Ressourcen-Orientierung**

- ♣ Was verbindest Du mit dem Begriff Ressourcen-Orientierung?
- ♣ Was besteht neben der RO zur Durchführung eines Projekts („Grundmaterial“, Grundressourcen)?
- ♣ Was erlebst Du, wenn Du dieses Prinzip (nicht) anwendest?
- ♣ Wodurch kann sich Deiner Meinung nach bei RO das Glück, Glücklichkeit, Wohlbefinden (Individuum, Gruppe, Gesellschaft) verändern?
- ♣ Welche Arten von Ressourcen begegnen Dir in Deiner Arbeit in der SKA? (Individuum, Gruppe, Gesellschaft)
- ♣ Wie, wodurch und welche Ressourcen entdeckst Du oft bei TN in Projekten (verschüttete Ressourcen)?
- ♣ In welchen Situationen und weswegen hast Du schon gestaunt über vorhandene Ressourcen? (Individuum, Gruppe, Gesellschaft)
- ♣ Auf welche Weise lässt sich möglicherweise ein Einfluss von RO auf die Gruppendynamik oder hierarchische Strukturen feststellen?

**Deine Visionen, Strategien und Wünsche betreffend SKA und dem Glück der Menschen?**



## 12 WEITERES

### 12.1 Tabellen

#### Martha Nussbaum (bzgl. CA)

Grunderfahrungen und Grundbefähigungen bei Martha Nussbaum	
Wesensmerkmale des Menschen	Grundbefähigungen
<b>Sterblichkeit</b> (mortality) Alle Menschen wissen um ihre Sterblichkeit und haben unter normalen Umständen eine Abneigung gegen den Tod	<b>Leben</b> (Life) Fähigkeit, ein lebenswertes Leben zu leben und nicht vorzeitig sterben zu müssen
<b>Körperlichkeit</b> (human body) <u>Hunger und Durst</u> : Unabhängig von der Form braucht der Mensch Ernährung und einen gesunden Körper <u>Bedürfnis nach Schutz</u> : der Mensch braucht Schutz vor Natureinflüssen (Hitze, Regen, Wind, Kälte) aber auch vor Übergriffen anderer Menschen <u>Sexuelles Verlangen</u> : Der Sexualtrieb kann zwar unterdrückt werden, ist aber Grundlage der Fortpflanzung <u>Mobilität</u> : Ihr Fehlen wird als Behinderung aufgefasst	<b>Körperliche Integrität</b> (bodily integrity) - Fähigkeit, sich guter Gesundheit zu erfreuen und sich ausreichend zu ernähren - Fähigkeit, eine angemessene Unterkunft zu haben und gegen Gewalt oder sexuelle Übergriffe geschützt zu sein - Möglichkeit zur sexuellen Befriedigung und zur Reproduktion - Möglichkeit, sich an einen anderen Ort zu bewegen
<b>Freude und Schmerz</b> (capacity for pleasure and pain) Alle Menschen haben das Gefühl von Freude und Schmerz, erleben sie aber kulturabhängig unterschiedlich	<b>Gefühlserfahrung</b> (emotions) Fähigkeit, unnötigen Schmerz zu vermeiden und freudvolle Erlebnisse zu haben sowie ohne traumatische Erlebnisse zu leben
<b>Sinne, Vorstellung und Denken</b> (senses, imagination and thought) Ohne Wahrnehmung, Vorstellung und Denken könnte der Mensch sich nicht in der Welt orientieren	<b>Kognitive Fähigkeiten</b> (cognitive capacities) Fähigkeit, sich seiner fünf Sinne, seiner Phantasie und seiner intellektuellen Fähigkeiten zu bedienen einschließlich des Zugangs zur Bildung und des Rechts auf die eigene Religion
<b>Frühkindliche Entwicklung</b> (early childhood development) alle Menschen entwickeln sich aus Bedürftigkeit und Abhängigkeit als Säugling in einem Prozess zu einer eigenständigen Person	<b>Vertrauen</b> (trust) Fähigkeit zur Bindung an Dinge oder Personen, zur Liebe, Trauer, Dankbarkeit oder Sehnsucht
<b>Praktische Vernunft</b> (practical reason) Es gehört zum Wesen des Menschen, Situationen zu bewerten und seine Handlungen zu planen	<b>Vorstellung des Guten</b> (imagination of goodness) Fähigkeit eine Auffassung des Guten, und eines guten Lebens zu entwickeln, das eigene Leben zu planen und kritisch zu reflektieren
<b>Verbundenheit mit anderen Menschen</b> (affiliation) Menschen leben immer auf andere bezogen, benötigen Anerkennung und haben das Gefühl der Anteilnahme und des Mitleids	<b>Sozialität</b> (Concern for other Humans) Fähigkeit zur sozialen Interaktion, sich mit anderen zu identifizieren und das Gefühl, die Achtung anderer zu haben (Schutz vor Diskriminierung, Gerechtigkeitssinn, Freundschaft)
<b>Verbundenheit mit anderen Arten und der Natur</b> (dependence on and respect for other species and nature) Die Umwelt flößt Respekt ein und der Mensch hat das Bedürfnis, mit ihr und anderen Lebewesen pfleglich umzugehen	<b>Ökologische Verbundenheit</b> Fähigkeit zur Anteilnahme für und in Beziehung zu Tieren, Pflanzen und zur Welt der Natur zu leben
<b>Humor und Spiel</b> (play) Wenn Kinder nicht lachen oder spielen, gilt das als Zeichen einer Störung Der Mensch strebt nach Erholung	<b>Freizeitgestaltung</b> Fähigkeit, zu lachen, zu spielen und erholsame Tätigkeiten zu genießen
<b>A: Getrenntsein</b> (Separateness) Jeder Mensch ist ein Individuum, mit eigenen Gefühlen und individuellen Merkmalen und Selbstachtung	<b>Vereinzelung</b> Fähigkeit, das eigene Leben und nicht das von jemandem anderen zu leben (Autonomie)
<b>B: Starkes Getrenntsein</b> (strong separateness) Der Mensch hat das Bedürfnis zur Abgrenzung, zur Unterscheidung von „mein“ und „nicht-mein“ und möchte diese Differenz im Verhältnis zu anderen regeln	<b>Starke Vereinzelung</b> Fähigkeit, auf seinen sozialen Kontext (politisch) Einfluss zu nehmen (Bürgerrechte, Redefreiheit, Versammlungsfreiheit, Schutz vor staatlicher Willkür), durch eigene Leistung sein Leben zu gestalten (Recht auf Arbeit) und über das Geschaffene verfügen zu können. Eigentumsrechte



**Screenshot**  
**MAXQDA**



## 12.3 Biographische Angaben

(Auswahl; nicht abschliessend/vollständig)

### Hedonismus

**Aristippos von Kyrene** (um 435 – 355 v.Chr.).  
Antiker griechischer Philosoph, Schüler des Sokrates; Begründer des Hedonismus

**Epikur** (341 – 270 v.Chr.)  
Antiker griechischer Philosoph; Begründer des Epikureismus

### Eudaimonismus

**Sokrates** (471 – 399 v.Chr.)  
Antiker griechischer Philosoph; Begründer der philosophischen Methode eines strukturierten Dialogs, der Maieutik („Hebammenkunst“)

**Platon** (428 – 348 v.Chr.)  
Antiker griechischer Philosoph; Schüler des Sokrates; Begründer des Platonismus/ Ideenlehre

**Aristoteles** (384 – 322 v.Chr.)  
griechischer antiker Philosoph; Schüler des Platon; Begründer der Rhetorik

### Stoa

**Seneca** (4 v.Chr. – 65 n.Chr.)  
Antiker römischer Philosoph; Stoiker; als Autor erfolgreich

**Marcus Tullius Cicero** (106 – 43 v.Chr.)  
Antiker römischer Philosoph, Anwalt und Politiker; berühmter Redner

**Marc Aurel** (121 – 180 n.Chr.)  
Römischer Kaiser und Philosoph; letzter bedeutender Vertreter der Stoa

### Konfuzianismus

**Konfuzius** (551 – 479 v.Chr.)  
chinesischer Philosoph; Ideal des „Edlen“, des moralisch einwandfreien Menschen

### Taoismus

**Lao-Tse** (605 – 531 v.Chr.)  
chinesischer Philosoph; ihm wird der Taoismus („Lehre des Weges“) zugeschrieben

**Biographische Angaben**

Gefunden unter  
<https://de.wikipedia.org/wiki/> (Namen)

oder  
in den jeweiligen Büchern/ Quelltexten

### Mittelalter

**Augustinus** (um 354 – 430 n. Chr.).  
Lateinischer Kirchenlehrer des Frühmittelalters

**Thomas von Aquin** (1225 – 1274)  
Philosoph und Theologe

## Philosophie des 19./20.Jhd.

**Schopenhauer, Arthur** (1788 - 1860)  
Philosoph, Autor und Hochschullehrer  
Polen/ Deutschland

**Nietzsche, Friedrich** (1844 - 1900)  
Deutscher Philologe und Philosoph

**Freud, Sigmund** (1856 - 1939)  
Österr. Neurologe, Tiefenpsychologe  
Begründer der Psychoanalyse

**Frankl, Viktor** (1905 - 1997)  
Österreichischer Neurologe und Psychiater

## Neuere Konzepte der westlichen Welt im 20. Jhd. bis zur Gegenwart

**Tolle, Eckhart** (1948)  
Spirituelle Lehrer und Autor  
Deutschland/ Kanada

**Krishnamurti, Jiddu** (1895 - 1986)  
Indischer Philosoph, Autor, Theosoph und spiritueller Lehrer, Indien/ USA

**Hanh, Thích Nhất** (1926)  
Vietnamesischer buddhistischer Mönch, Schriftsteller und Lyriker

**Wilber, Ken** (1949)  
US-amerikanischer Autor im Bereich der Integralen Theorie

**De Mello, Anthony** (1931 - 1987)  
Jesuitenpriester und spiritueller Lehrer  
Indien/ USA

## Psychologisch orientierte Selbsthilfebücher neuere Generation bis heute

**Robbins, Tony** (1960)  
US-amerikanischer Autor  
Neuro-Linguistisches Programmieren

**Canfield, Jack** (1944)  
US-amerikanischer Autor und Motivationstrainer

**Seligman, Martin** (1942)  
US-amerikanischer Psychologe

**Csikszentmihalyi, Mihály** (1934)  
Erem. Professor für Psychologie, Chicago  
Kroatien/ USA

**Carnegie, Dale** (1888 - 1955)  
US-amerikanischer Kommunikations- und Motivationstrainer / Positives Denken

### Biographische Angaben

Gefunden unter  
<https://de.wikipedia.org/wiki/> (Namen)  
oder  
in den jeweiligen Büchern/ Quelltexten

## Weitere Personenangaben

### **Antonovsky, Aaron (\*1923- †1994)**

Israelisch-amerikanischer Medizin-Soziologe;  
prägte den Salutogenese-Begriff

### **Brisch, Karl Heinz (\*1955)**

Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie,  
psychosomatische Medizin und  
Nervenheilkunde sowie Psychoanalytiker;  
erster Lehrstuhl für „Early Life Care“ in  
Salzburg seit Herbst 2016

### **Obrecht, Werner (\*1942)**

Schweizer Sozialwissenschaftler;  
Bio-psycho-soziales Bedürfnismodell

### **Lindström, Bengt (\*?)**

Prof. Dr. Ph.D. Bengt Lindström  
Kinderarzt und Professor für Public Health  
Leiter des Folkhälsan Forschungsinstitut für  
Salutogenese (Finnland)

### **Rogers, Carl R. (\*1902- †1987)**

Psychotherapeut USA; Mitbegründer der  
Humanistischen Psychologie; Begründer der  
Gesprächspsychotherapie und des  
**personenzentrierten Ansatzes**, basierend auf

- ♣ Kongruenz
- ♣ Wertschätzung
- ♣ Verstehen
- ♣ durch sensibles,  
aktives Zuhören

### **Solomon, Barbara (\*1919- †1992)**

Barbara Miller Solomon war Historikerin,  
Dozentin und Pionierin der Frauenforschung  
in den USA.

### **Spierts, Marcel (\*1957)**

Andragologe und Dozent NL; Theorie und  
Methoden kultureller und gesellschaftlicher  
Bildung

#### Biographische Angaben

Gefunden unter  
<https://de.wikipedia.org/wiki/> (Namen)  
oder  
in den jeweiligen Büchern/ Quelltexten

<http://www.openculture.com/2016/04/what-are-the-keys-to-happiness.html>



## 12.4 Tabelle Codes Begriffe

	<i>Codes</i>	<i>Interviews</i>
<b>Glück</b>	<b>71</b>	<b>13</b>
Naturerleben	4	3
Ästhetik, Kunst	22	7
Lebensqualität	88	9
Wohlbefinden	134	14
– Selbstwirksamkeit erleben	99	14
– Austausch	59	13
– Akzeptanz	129	14
– Geborgenheit	58	13
– Berührung	16	7
Zufriedenheit	40	10
– Ablenkung, Vergessen	19	8
Freiheit	39	14
– Sich selber sein können	98	13
– Selber entscheiden	56	12
– Raum haben	116	14
<b>Partizipation</b>	<b>109</b>	<b>14</b>
Gefragt werden	39	11
Aufgaben gemeinsam bewältigen	157	14
Teilhabe, Teil sein	67	13
Sich einbringen, Ideen anbringen	76	14
Teilnahme, teilnehmen, dabei sein	39	14
<b>Empowerment</b>	<b>122</b>	<b>14</b>
Bekräftigen	32	13
Befähigen	98	14
Ermutigen	69	13
Loben	16	8
Unterstützen	127	14
<b>Ressourcen</b>	<b>227</b>	<b>14</b>
Ressourcenorientierung	107	13
Zusammenarbeit interdisziplinär	65	9
Erfahrung	130	14
Entwicklung	145	14
Eigenschaften	85	12
Fähigkeiten	199	14
Finanz., mat. Ressourcen	52	11
<b>Sozial System</b>	<b>60</b>	<b>9</b>
Umfeld	98	13
– Niederschwelligkeit	50	12
– Exklusion	40	9
– Inklusion	122	14
– Diversität	129	13
– Vernetzung	100	13
<b>Sozial Kontakte</b>	<b>71</b>	<b>14</b>
– Gruppe Dynamik Rollen	185	11
– Vertrauen	72	10
– Bedürfnisse	180	11
– Beziehung	109	14
– Wertschätzung	143	14
– Aufgehoben sein	97	14
– Kommunikation Austausch	162	13
– Konflikte lösen	154	14
<b>Nachhaltigkeit</b>	<b>77</b>	<b>9</b>
<b>TOTAL</b>	<b>4858</b>	<b>14</b>



## 12.5 GLÜCK – weitere Aussagen aus den Interviews

*Das ist Niemandsland, glückliche Insel. Utopischer Raum, Utopie im Sinn von Status Freiraum, Menschen kommen und bringen Geschichte und Diversität, Status spielt keine Rollen. Wer uns nicht kennt, sieht nicht wer ist was, wer schafft was, wer ist legal, wer ist illegal, wer ist schwul, wer ist nicht schwul. Wir verstecken nichts. Spontanität, Austausch mit Disziplin. Türen aufmachen, Leute einladen (ThL\_4/4)*

*Es gibt so viel zu tun auch mit Kindern, meiner Meinung nach sollten Kinder mit 13, 14 viel mehr Zeit für ihre Kinderwelt haben. Mehr Instrumente bekommen für Ihre Persönlichkeit. Kinder müssen sofort ein Teil vom kapitalistischen Produktionssystem sein. Sie haben sofort ein Programm und müssen etwas leisten. Das macht sie nicht glücklich, eher krank. (ThL\_43/43)*

*...näher bei dir selber. Das ist sicher auch etwas, was das Glück oder Wohlbefinden positiv beeinflusst. Oder man merkt, dass man etwas schaffen, kreieren kann, oder auch den Leuten Freude machen kann. Oder, jetzt gerade beim letzten Stück, die Leute zu Tränen bringen. Etwas mitgeben, zum Denken anregen. Auch das ist ein Ansporn. Es ist ein Commitment, du hast ein Commitment mit dem, was du machst, trägst es hinaus, von dem du überzeugt bist. Ich stehe zu dem. Das macht einen glücklich, oder? Und, dass wir als Gruppe etwas auf die Beine haben stellen können. Jeder merkt wenn du so kurz vor Beginn, also alle, so mit voller Kraft auf die Bühne gehen, es ist ein schöner Rausch und es ist „sauschön“ – man merkt, jetzt kann man Vollgas geben und voll alles geben. Und wenn es uns gut gelaufen ist, dann kann man sich gegenseitig anspornen, aber auch ermutigen ... da kann man sich ... das ist schön ... dass man da auch Wertschätzung erhält. Das macht es sicher auch noch aus. Man wird gelobt und kann jemanden loben. He komm, das ist gut, (...), dass man sich ... . Das ist schön, ... Wenn man plötzlich so in diesem Flow drin ist, wenn man sich gegenseitig so aufschauelt.(F\_86/87)*

*Ich denke Glück und Wohlbefinden ist sehr davon abhängig, ob man jemanden hat, ob man mit Leuten zusammen sein kann. Der Mensch ist nicht fürs Alleinsein gemacht, er ist ein Herdentier. Wir kriegen so viele vereinsamte Leute eingeliefert, sind gestürzt, weil sie aus Frust und Einsamkeit, aus Verzweiflung zu viel getrunken haben. Besonders bei uns in der Gesellschaft ist das sehr ausgeprägt.(S\_79/79)*

*Es macht mich glücklich, das wir alles zusammen machen können, mit Kollegen, mit Freunden, die Ideen fürs Theater, das Training, die Probe, wir machen das alles zusammen. Jeder / jemand bringt eine Idee und wir machen das zusammen. Das macht mich wirklich sehr glücklich. Alles was ich erzähle, was ich erlebt habe, wird im Theater gespielt und das macht mich glücklich. Sehr.(MO\_70/70)*

*Also ich konsumiere sehr wenig Güter, wenn ich jetzt mal an sogenannte Glücksgefühle denke, wenn man z. B. einen neuen Fernseher kauft, ein Telefon oder Computerspiel. So etwas brauche ich nicht. Ich trinke mein Feierabendbier, das hat für mich schon etwas mit Glück zu tun. Ich finde das Wort „Glück“ ist sehr religiös und sehr weit her geholt also, was ich bemerkt habe in der Gruppe, ist, dass sie sehr international ist und viele Schicksale aufeinandertreffen. Aber der Mensch ist gleich, wir sind alle irgendwie gleich, bestehen aus der gleichen Materie.(MB\_35/35)*

*Da hatte ich so einen glücklichen Tag, an einem Samstag, konnte ich ausschlafen, habe auf den Flohmarkt einen Kaffee getrunken, Leute getroffen, andere Leute getroffen, mit diesen Leuten dann sogar am Abend noch Abendessen gekocht, also sich wieder getroffen, einfach so..., es ist so 'aufgegangen'. Das ist, ich kann mich so sehr daran erinnern, das war so ein erfüllender Tag! in der Arbeit spreche ich eher von Lebensqualität.(RA\_40/40)*

*...versus Glücklich sein, über eine Zeit, wie kann ich mein Leben gestalten, damit ich glücklich bin? Was kann ich selber machen damit ich glücklich bin? Was können andere machen, damit ich glücklicher sein kann? Hier kommen wir zum Konzept, was Lebenszufriedenheit ist, was ja immer eine Rückschau ist. Bin ich zufrieden mit meinem Leben und warum, was damit zu tun hat ob ich mein Ziel erreicht habe, mit meinem Leben, meinem Schicksal umgehen kann. Kann ich das alles so umkonstruieren, dass es für mich Sinn macht und etwas Positives entsteht? Und dann kommt zum Konstrukt Wohlbefinden, welches ja eigentlich mit dem Materiellen, mit dem Politischen und mit Sicherheit zu tun hat.(MI\_81/81)*

*Wieso sind manche ältere Leute immer glücklich. Sie nennt das ars vivendi, die Kunst ein gutes Leben zu führen. Sie sagt, wenn Menschen mit Schicksalsschlägen umgehen können aber auch gleichzeitig erkennen, wo sie dennoch etwas ändern können und wo sie selber verantwortlich für ihr Schicksal sind. Leute, die das also auseinander halten können, wo kann ich etwas ändern und wo nicht, die sind glücklicher als Leute, die sagen, ich bin ausgeliefert, ich bin nur Opfer.(MI\_85/85)*

*Aber in einem armen Land braucht es zum Beispiel Wasser? - Ich bin glücklich! Soziale Sicherheit - macht mich glücklich! Stabilität, Gestaltungsfreiheit, also wenn ich was mache, dann bewege ich etwas. Ich kann mein Geld wirklich so einsetzen, ich muss nicht erst 100 Leute schmieren, bevor ich etwas machen kann. Das macht die glücklicher und da sind wir fast wieder bei Maslow. Und wenn sie dann glücklich sind, kommen die Spielereinen oben dran. Also man muss schauen, dass man die Grundbedingungen für alle Menschen verbessert, die medizinischen und die Ernährung etc. Und dann kann man alles andere machen.(MI\_142/142)*



## 12.6 Abkürzungen

(Auswahl; nicht abschliessend/vollständig)

betr.	betreffend
BPSBM	Bio-psycho-soziales Bedürfnismodell
bzgl.	bezüglich
CA	Capability Approach
ebd.	ebenda; gleichenorts findbar
FORs	Schweizer Kompetenzzentrum Sozialwissenschaften
GF	Gesundheitsförderung
GWA	Gemeinwesenarbeit
GWR	Generalisierte Widerstands-Ressourcen
IFSW	International Federation of Social Workers
Kap.	Kapitel
KZ	Konzentrationslager
P-E-R	Partizipation-Empowerment-Ressourcenorientierung
PP	Positive Psychologie
PPP	PowerPoint-Präsentation
Präv.	Prävention
s. Anh.	siehe Anhang
SA	Soziale Arbeit
SKA	Soziokulturelle Animation
SOC	Sense of Coherence
v. Chr.	vor Christus
WHO	World Health Organisation